

## 冠狀病毒疾病 ( COVID-19 )

冠狀病毒疾病 ( COVID-19 ，以下稱為新冠 ) 是由冠狀病毒引發的疾病。新冠已蔓延至包括卑詩省在內的世界各地，造成了全球大流行。

### 卑詩省的新冠疫苗接种計劃

卑詩省制定了新冠疫苗接种計劃拯救生命並停止新冠傳播。如需瞭解關於新冠疫苗的更多資訊，包括疫苗審批流程及卑詩省疫苗分配計劃等主題，請參閱[新冠免疫接種](#)。

與健康無關的新冠資訊及服務，請致電 1-888-COVID-19 ( 1-888-268-4319 )。服務時間為上午 7:30 至晚上 8:00。

### 症狀

如需瞭解有關新冠病徵、康復指引以及併發症高危人群的更多資訊，請參閱：

- [卑詩省疾控中心：病徵](#)
- [新冠病徵](#)

### 新冠期間自我隔離

自我隔離是指留於家中，避免接觸他人。這是防止病毒傳播的重要措施。如果您出現症狀或新冠檢驗呈陽性，您可像處理其它呼吸道感染如流行性感冒 ( 流感 ) 般舒緩症狀。若您感到不適，請待在家並採取預防措施，限制感染傳播。新冠患者應該或必須自我隔離的原因眾多。如需瞭解自我隔離的更多資訊，請參閱：

- [卑詩省疾控中心：自我隔離及自我監測](#)
- [加拿大政府：新冠 - 預防與風險](#)

### 自我監測

自我監測代表密切留意自己的身體狀況。每個人都應該定期監測新冠的症狀，不論是否輕微。如果您感到發冷或發燒，量度並記錄體溫。您可能需要協助兒童以及年紀較大或患有慢性疾病的密切接觸者進行自我監測。

如需了解有關自我監測的更多資訊，請參見[卑詩省疾控中心：自我隔離及自我監測](#)。

## 病毒檢測

我們建議個人進行新冠檢測，因為陽性或陰性結果會影響治療和護理的決定。

下列人士如果有新冠症狀，建議進行病毒檢測：

- 正在住院的人士（任何年齡）
- 懷孕期女性
- 患嚴重疾病的風險較高，並且[目前有資格接受治療](#)的人士

如需瞭解更多資訊，請參閱：

- [卑詩省疾控中心：何時接受新冠測試](#)
- [新冠測試](#)

## 治療方法

新冠目前已有具體治療方法。如需更多資訊，請參閱[卑詩省疾病控制中心：治療方法](#)。

要決定治療是否適合自己，請瀏覽[卑詩省政府新冠治療網頁](#)。

大多數新冠患者可自我痊愈。前往[卑詩省疾控中心（BCCDC）：如果您感染新冠](#)頁面，瞭解關於確診新冠後自我管理徵狀的更多資訊。

於新冠疫情期間，醫生及執業護士可以提供親身醫療服務。部分醫務所亦可能提供電話及視訊診治服務。如果您需要醫療服務，請聯絡醫護人員。如果您並無可為您提供固定服務的醫護人員，您可以使用[HealthLinkBC 目錄](#)或致電 **8-1-1**，聯絡您所處社區的醫護人員。

就醫時，請告知醫護人員：

- 您的徵狀
- 旅行史或居住史
- 您是否曾與病人，尤其是有發燒、咳嗽或呼吸困難徵狀的病人，有過密切或長期的接觸

關於徵狀管理的更多資訊，請參閱[新冠徵狀](#)。

## 減低感染風險

我們有很多方法，例如疫苗、療程與個人行動，能夠保護我們免受新冠的影響。

這些方法有助每個人安全地遠離新冠和其它病症。如您因新冠感染致重病的風險較高，這些方式就格外重要。

[使用這小工具](#)來決定如何或何時使用這些方法。

隨著社交互動的恢復，您可能亦會擔心應如何安全地進行社交活動。如需瞭解更多關於安全社交以減少新冠病毒傳播的風險，請參閱：[卑詩疾控中心：更安全的社交活動](#)。

瞭解更多關於如何[降低感染風險](#)的資訊。

## 新冠期間外出旅行

有關最新的旅遊建議資訊，請參閱：

- [卑詩省疾控中心：外出旅行](#)
- [加拿大政府：針對目的地的旅行建議和警告](#)

## 長新冠

如果您有發病後三個月仍有病徵，您可能正患有新冠長期綜合症（長新冠）。[卑詩省衛生服務局：新冠長期綜合症跨科臨床護理網絡](#)提供護理、教育（網上資源表格和影片）以及獲得研究機會以支援您的康復過程。

## 精神健康

新冠疫情可能引發難以應對的困惑、悲傷及焦慮的情緒。這些都是我們面臨未知情況時的正常感受。照顧好自己的精神健康、善待自己於此時更為重要。瞭解有關精神健康及新冠的更多資訊：

- [卑詩省疾控中心：新冠期間的精神健康](#)
- [加拿大政府：照顧好自己的精神健康\(PDF 371KB\)](#)
- [精神健康及 COVID-19](#)

## 兒童、青少年及家人

疫情期間管教子女可能會充滿挑戰。如您正處於孕期或哺乳期，您可能對自己及寶寶的健康有些疑問。當子女留於家中，您可能對他們的管教更為擔憂。瞭解更多關於[兒童、青少年及家庭如何應對新冠](#)的資訊。

## 使用藥物

隨著新冠疫情的演變，藥房的服務亦已發生變化。藥劑師可以提供處方藥的續藥及緊急配藥服務。但若無處方，他們仍然無法提供藥物服務。如需瞭解關於藥房服務變化的更多資訊，請參閱[卑詩省藥劑師學會：新型冠狀病毒 \( COVID-19 \)](#)。

## 實用資源

卑詩省府已準備大量有關新冠以及本省新冠應對措施的資訊。HealthLink BC **8-1-1** 利用值得信賴的資訊，向卑詩省民提供健康資訊與建議。如需此資訊請參閱[新冠實用資源](#)。

如需其它語言的新冠相關資訊，請參閱：

- [卑詩省政府：以其它語言提供的新冠實用資源](#)
- [卑詩省疾控中心：已翻譯內容](#)

美國手語影片亦隨附頁面當中。

如果您仍有任何關於健康的疑慮或問題，請隨時聯繫 HealthLink BC ( **8-1-1** ) 或諮詢醫護人員。

最後更新：2022 年 11 月 17 日

「冠狀病毒病 ( COVID-19 ) 健康專題」中的資訊改編自[卑詩省疾控中心：測試](#)、[卑詩省疾病控制中心：徵狀](#)、[卑詩省疾病控制中心：佩戴口罩](#)、[卑詩省疾病控制中心：旅行](#)、[卑詩省疾病控制中心：新冠疫苗](#)、[加拿大政府：旅行、測試、隔離及邊境管控](#)以及[加拿大政府：已接種新冠疫苗的旅客進入加拿大](#)頁面，內容獲取於 2022 年 10 月 24 日。

---

如需查找有關更多話題的 HealthLinkBC 文檔，請瀏覽 [www.HealthLinkBC.ca/more/resources/healthlink-bc-files](http://www.HealthLinkBC.ca/more/resources/healthlink-bc-files) 網頁，或造訪您當地的公共衛生單位。如需在卑詩省內獲取非緊急健康資訊和建議，請瀏覽 [www.HealthLinkBC.ca](http://www.HealthLinkBC.ca)，或致電 **8-1-1** ( 免費電話 )。失聰和弱聽人士如需協助，請致電 **7-1-1**。若您需要，我們亦可提供 130 多種語言的翻譯服務。