

新型冠狀病毒（COVID-19）

有關 COVID-19 的常見問題

請參閱有關 [COVID-19 常見問題](#) 的解答。了解其傳播方式、潛伏期及症狀。了解如何預防 COVID-19。

冠狀病毒感染（COVID-19）是由冠狀病毒引發的疾病。COVID-19 引發的呼吸道感染病例最早於 2019 年 12 月出現在中國武漢市。世界衛生組織在 2020 年 1 月 30 日宣佈此次疫情構成「國際關注的突發公共衛生事件」，並於 2020 年 3 月 11 日宣佈新冠疫情構成「全球大流行」（pandemic）。「全球大流行」是指一種疾病在全世界範圍內廣泛傳播。它與「流行病」（epidemic）的區別在於，後者常局限於特定地區或國家。

儘管 COVID-19 源於中國武漢，但已蔓延至包括卑詩省在內的全世界。卑詩省目前的確診個案正在接受密切醫治。

冠狀病毒是如何傳播的？

感染者傳播冠狀病毒的途徑包括：

- 咳嗽或打噴嚏時產生的飛沫
- 密切個人接觸，如碰觸或握手
- 觸摸了帶有病毒的物體或表面後，未洗手就碰觸口鼻或眼睛

與出現症狀者保持 2 米距離，避免吸入其咳嗽或打噴嚏時產生的飛沫。

感染後有哪些症狀？

感染 COVID-19 後的常見症狀有

- 發燒
- 咳嗽
- 呼吸困難
- 喉嚨痛
- 打噴嚏

潛伏期是指從首次接觸病毒至出現症狀中間的時間。感染 COVID-19 後，症狀可能在 14 天後才顯現。這是該疾病目前已知最長的感染期。

如不確定自己的症狀是否屬於新冠病毒感染或者有問題和疑慮，請隨時聯繫 HealthLinkBC (8-1-1)。

若確需就醫，請提前致電告知醫護人員，以便其作出安排，安全地為您進行評估。請佩戴口罩，以保護他人。

就醫時，請告知：

- 您的症狀
- 旅行史或居住史
- 是否曾直接接觸過動物（例如曾去過活禽或活畜市場）
- 是否曾密切接觸過病患，尤其是發燒、咳嗽或呼吸困難的患者

如何避免感染？

預防感染最重要的是勤洗手，避免用不清潔的雙手碰觸臉部、眼睛、口鼻。您也可以在咳嗽或打噴嚏時掩住口鼻，並與人保持距離。

為了幫助降低感染風險：

- 經常用肥皂及水清洗雙手，至少 20 秒鐘。用肥皂和水洗手是減少感染傳播的最有效方法
- 如附近沒有洗手池，可使用含酒精的手部消毒液（ABHR）來清潔無明顯髒污的雙手。如手部有明顯髒污，可先使用濕巾擦拭，再使用 ABHR 以有效清潔雙手
- 不要用未清洗的手觸碰臉部、眼睛或口鼻
- 打噴嚏或咳嗽時，用一次性面紙或手肘遮住口鼻
- 對人們經常接觸的物體表面，要定期清潔和消毒
- 不要與他人共同進餐，不要共用餐具
- 避免前往擁擠的公共場所，例如音樂會和體育賽事等大型集會。不包括醫院（對醫護工作者來）和學校
- 保持至少 2 米的社交距離
- 避免握手

有關如何正確洗手，請參閱：

- [HealthLinkBC File #85 洗手：防止病菌傳播](#)
- [加拿大公共衛生署：減少 COVID-19 傳播：洗手 \(PDF 298KB\)](#)

是否應該佩戴口罩？

- 只有出現 COVID-19 症狀（尤其是咳嗽）或需要看護 COVID-19 患者的人士需要戴口罩
- 一次性口罩使用後須丟棄
- 健康人士佩戴口罩效果有限

如何檢測 COVID-19？

卑詩省疾病控制中心公共衛生實驗室（PHL）已經制定了針對 COVID-19 的診斷檢測指南。如果醫護人員認為您感染了新型冠狀病毒，他們會安排您接受檢測。

出現症狀（發燒、咳嗽或呼吸困難）、有旅行史或者近距離和長時間接觸過確診者或疑似病例的人士可進行檢測。

COVID-19 的檢測通過鼻咽拭子或咽喉拭子進行。

COVID-19 有無治療方法？

對於 COVID-19，尚無特定的治療方法。許多症狀可通過居家療法加以應對，如補充大量液體、休息、使用加濕器或洗熱水澡來緩解咳嗽或喉嚨痛。大部分冠狀病毒感染者都會自愈。症狀更加嚴重的患者可能需在醫院或院外接受看護和治療。

進一步了解如出現症狀要如何應對，請參閱：

- [感冒](#)
- [發燒或寒顫（12 歲及以上）](#)
- [發燒或寒顫（11 歲及以下）](#)

- 11 歲及以下兒童的呼吸問題
- 12 歲及以上兒童的呼吸問題

是否有針對 COVID-19 的疫苗？

對於 COVID-19 等新出現的疾病，人類尚無相應的疫苗。疫苗尚處研究階段。研發疫苗可能耗時很久。

什麼是自我監測和自我隔離？

自我監測

自我監測是指在 14 天內留意自己是否出現發燒、咳嗽和呼吸困難的症狀。其間，您需要留意自己、孩子、年長或患有慢性病的密切接觸者的健康狀況。

您可以使用數字體溫計每天早晚給自己測量兩次口腔溫度。如服用乙醯酚胺（如 Tylenol®）和布洛芬（Advil®）等退燒藥，應在最後一次服藥後至少過 4 小時再記錄體溫。

如出現 COVID-19 症狀，請自我隔離：

- 盡快自我隔離，不要接觸他人
- 聯繫醫護人員或 HealthLinkBC (8-1-1)
- 說明症狀及旅行史。聽從醫護人員的指示

自我隔離

自我隔離是指待在家中 14 天，避免接觸他人。這有助於降低傳染可能，因為 COVID-19 的症狀可能需要 14 天才會顯現。14 天潛伏期內，無症狀者也有可能將病毒傳給他人。這就是為何有暴露史的高風險人群須自我隔離。

為了限制與他人的接觸，您應該：

- 留在家中
- 避免接觸慢性病患者、免疫力低下者和長者
- 家中謝絕訪客
- 經常用肥皂及溫水清洗雙手，時間 20 秒鐘
- 咳嗽或打噴嚏時遮掩口鼻

如需了解自我隔離的更多資訊，請參閱：

- 加拿大公共衛生署：冠狀病毒感染 (COVID-19)：COVID-19 感染者如何居家隔離 (PDF 344KB)

設想若您或家人生病並需要護理，為此提前制定方案並做好準備。

如需更多如何準備的資訊，請參閱：

- 加拿大公共衛生署：做好應對準備 (COVID-19)

更多有用資源：

- 加拿大公共衛生署：冠狀病毒感染 (COVID-19) (PDF 575KB)
- 加拿大公共衛生署：如何居家照顧 COVID-19 感染者：看護者建議 (PDF 345KB)

如需查找有關更多話題的 HealthLinkBC 文檔，請瀏覽 www.HealthLinkBC.ca/healthfiles 網頁，或訪問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，請訪問 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。

- [加拿大公共衛生署：易感人群與 COVID-19 \(PDF 335KB\)](#)

有關 COVID-19 的常見問題

有關冠狀病毒最常見問題的更多解答，請參閱：

- [卑詩癌症協會：COVID-19 和癌症治療——患者資訊](#)
- [BCCDC：針對兒童和學生的新型冠狀病毒 \(COVID-19\) 常見問題](#)
- [BCCDC：新型冠狀病毒 \(COVID-19\)](#)
- [菲沙衛生局：冠狀病毒相關問題——社會公眾](#)
- [加拿大政府：新型冠狀病毒 \(COVID-19\) 常見問題 \(FAQ\)](#)
- [溫哥華海岸衛生局：冠狀病毒感染 \(COVID-19\) 資訊](#)
- [世界衛生組織：有關冠狀病毒 \(COVID-19\) 的問題與解答](#)

實用網站

卑詩省疾控中心 (BCCDC)

BCCDC 提供健康宣導、預防服務、診斷和治療服務，以減少傳染疾病與慢性病、可預防傷情與環境健康風險。BCCDC 還為政府和健康主管部門提供分析與政策支持。

- [BCCDC: 2019 新型冠狀病毒 \(COVID 19\) 卑詩省學校和幼童看護機構公共衛生指南 \(PDF 494KB\)](#)
- [BCCDC: 2019 新型冠狀病毒 \(COVID 19\) 大專院校防護建議 \(PDF 260KB\)](#)
- [社會大眾：新型冠狀病毒 \(COVID-19\)](#)
- [專業醫護人員：新型冠狀病毒 \(COVID-19\)](#)
- [新聞與即時資訊：新型冠狀病毒的最新個案統計](#)

加拿大公共衛生署 (PHAC)

加拿大公共衛生署負責健康宣導，預防並控制慢性疾病、受傷和傳染病。PHAC 還負責響應公眾健康緊急狀況。有關 COVID-19 的更多資訊（包括旅行建議），請參閱：

- [加拿大政府：冠狀病毒 \(COVID-19\)：疫情更新](#)
- [加拿大政府：冠狀病毒 \(COVID-19\)：旅行建議](#)
- [加拿大政府：旅行健康須知](#)

世界衛生組織 (WHO)

世界衛生組織 (WHO) 負責領導全球的健康醫療事務。WHO 負責監控和評估包括 COVID-19 疫情在內的衛生議題，向各國提供技術支援，制定健康標準。如需了解有關 2019-nCoV 的更多資訊，請參閱：

- [WHO：冠狀病毒 \(COVID-19\) 疫情](#)
- [WHO：工作場所應對 COVID-19 指南](#)

如不確定該怎麼做或者有疑慮和問題，請隨時聯繫 HealthLinkBC (8-1-1) 或諮詢醫護人員。

最近更新：2019 年 3 月 13 日