

冠状病毒疾病 (COVID-19 新冠肺炎)

什么是 COVID-19 (新冠肺炎)？

冠状病毒是一大类病毒的总称。一些冠状病毒可以导致人患病，而另一些则可以导致动物患病。动物冠状病毒感染人的情况很罕见，而且通过密切接触在人与人之间传播的情况更为罕见。最近，中国武汉出现了一种新型的冠状病毒，被称为新冠肺炎 (COVID-19)。

传染/传播

当感染该病毒者咳嗽或打喷嚏时，与其呼出的呼吸道飞沫直接接触，就能传播到该病毒。这些飞沫最多可以扩散 2 米，即 6 英尺。一个人在接触有该病毒的表面或物体之后再触摸自己的嘴巴、鼻子或者眼睛等部位，也有可能感染该病毒。

症状

那些感染了 COVID-19 (新冠肺炎) 的人可能会从有轻微的症状到没有任何症状。您可能不知道自己患有 COVID-19 (新冠肺炎) 的症状，因为它们与普通感冒或流感很类似。感染了 COVID-19 (新冠肺炎) 后，症状最长可达 14 天才会出现。

COVID-19 (新冠肺炎) 的一些症状包括：

- 发烧
- 咳嗽/打喷嚏
- 肌肉酸痛和身体疲倦
- 呼吸困难
- 较少见：有咽喉痛、头痛和腹泻的报道

老年患者和有慢性基础性病患者可能出现严重病症的风险更高。

化验

医疗系统的首要任务是能够检验那些最需要化验的人。并非每个人都需要化验。

治疗

没有针对 COVID-19 (新冠肺炎) 的特异性抗病毒的药物治疗。COVID-19 (新冠肺炎) 患者应接受辅助性治疗，以帮助缓解症状。病情较重的人可能需要住院。

预防

目前没有预防 COVID-19（新冠肺炎）的疫苗。预防感染的最佳方法是避免暴露于该病毒。预防措施包括：

- 实行人际隔离 - 与他人相互之间保持 2 米/6 英尺以上的距离。
- 经常用肥皂和水清洗双手，或使用含酒精的手用消毒液。
- 避免用未洗的手触摸眼睛、鼻子和嘴巴。
- 避免与生病的人密切接触。
- 生病时待在家里。
- 咳嗽或打喷嚏时用纸巾遮住口鼻，然后将纸巾丢入不可回收垃圾箱中并洗手。
- 如果没有纸巾，您可以咳嗽或打喷嚏到您的袖子或手臂上。
- 使用家用清洁剂清洁和消毒经常接触的物体和表面。
- 加拿大政府建议加拿大人避免所有不必要的出国旅行，直至另行通知。

对最近出国旅行人士的建议

加拿大政府已采取紧急措施，要求所有进入加拿大的人都必须强制进行 14 天自我隔离，即使他们没有 COVID-19（新冠肺炎）症状。在安大略省，法律也是这样要求的。

有关最新信息，请查看加拿大公共卫生部 - 冠状病毒疾病（COVID-19 新冠肺炎）旅行建议：

<https://www.canada.ca/en/public-health/services/diseases/2019-novel-coronavirus-infection/latest-travel-health-advice.html>

自我隔离

COVID-19（新冠肺炎）确诊和疑似病例、曾经与具有 COVID-19（新冠肺炎）症状者密切接触的人士、以及从加拿大境外返回的旅客必须实行自我隔离。

欲了解更多信息：

- *如何进行自我隔离（无症状者）简介*
 - https://www.toronto.ca/wp-content/uploads/2020/03/960f-How-to-Self-Isolate-with-Symptoms_EN.pdf
- *如何进行自我隔离（出现症状者）简介*
 - https://www.toronto.ca/wp-content/uploads/2020/03/95f0-How-to-Self-Isolate-No-Symptoms_EN.pdf

更多信息

- City of Toronto. Novel Coronavirus (COVID-19 新冠肺炎):
<https://www.toronto.ca/community-people/health-wellness-care/diseases-medications-vaccines/coronavirus/>
- Public Health Agency of Canada. Coronavirus disease (COVID-19 新冠肺炎):
<https://www.canada.ca/en/public-health/services/diseases/2019-novel-coronavirus-infection.html>