



# 情况说明书：新冠疾病须知

2020年9月17日

## COVID-19 指的是什么？

冠状病毒是一大类可导致呼吸道感染的病毒。这些感染可能导致一系列疾病，从普通感冒到更严重的疾病不等。

COVID-19 是一种新型冠状病毒引起的疾病，最初于 2019 年 12 月在中国武汉市爆发。

## COVID-19 的症状

COVID-19 的症状多种多样，从轻度疾病到严重肺炎等多种情况。

有些人感染后会很容易迅速康复，而其他人则在感染后情况可能迅速恶化。

COVID-19 的症状包括：

- 发烧
- 呼吸道症状
- 咳嗽
- 喉咙痛
- 呼吸急促

其他症状包括流鼻涕、头痛、肌肉或关节疼痛、恶心、腹泻、呕吐、嗅觉丧失、味觉改变、食欲不振和疲劳。

## COVID-19 如何传播

COVID-19 通过以下方式在人际间传播：

- 与感染者密切接触（包括在其出现症状前 48 小时内）
- 接触到感染者咳嗽或打喷嚏时的飞沫
- 触摸沾有感染者飞沫的物体或表面（如门把手或桌子），然后触摸口鼻

由于 COVID-19 是一种新型疾病，所以公众对它没有免疫力。换言之，COVID-19 可以广泛迅速地传播。

## 如何获得 COVID-19 检测？

任何有 COVID-19 症状的人都应接受检测。即使只有轻微症状，也必须接受检测。

如果担心可能感染了 COVID-19，则可：

- 使用 healthdirect 症状检查器核查自身症状，或致电 National Coronavirus Helpline 热线 1800 020 080，咨询意见。如果不会说英文，则可拨打 131 450 联系口笔译服务处（TIS National）。
- 到免费的 COVID-19 呼吸科诊所就诊（检测诊所）
- 可电话联系医生安排检测，但这可能会产生费用

COVID-19 呼吸科诊所是全国各地专门医疗中心，专门针对有呼吸道感染症状的人士进行检测。

查找 [最近的 COVID-19 呼吸科诊所](#)。

## 等待检测结果

检测后可能需要几天的时间才能出结果。等待检测结果期间，必须遵循公共卫生机构和检测医疗人员的指示。

如果因为有症状而接受测试，则需在检测后直接回家并避免外出。直到测试结果为阴性或症状已消失——以较长者为准，方可外出。

如果从海外返澳或与 COVID-19 感染者有过密切接触，则可能要接受检疫隔离。如果在检疫隔离期间因任何原因接受检测，则必须始终保持隔离，直到隔离期结束（14 天）。即使没有症状，且检测结果呈阴性，也必须遵守隔离规定。

如果检测结果呈阳性，则需要按照医生和公共卫生机构的指示，与家中、医院或其他住所的其他人隔离开来。

## 如何治疗 COVID-19?

目前尚没有特定的治疗方法或获准的疫苗可以治愈或预防 COVID-19。但有一些治疗方法可以帮助 COVID-19 严重感染病例恢复。目前，为开发潜在疫苗和治疗方法，澳大利亚和世界各地都在进行研究。

## 谁最容易感染 COVID-19?

在澳大利亚，最容易感染病毒的人士包括：

- 最近到过海外的人士
- 与 COVID-19 确诊患者有过密切联系的人士
- 教改中心和拘留设施中的人士
- 养老护理环境中的人士

如果感染病毒，发生或更有可能发生严重疾病风险的人群：

- 年满 70 岁的人群
- 因某些病况或治疗免疫系统受损的人群
- 患有慢性疾病的人群，例如：
  - 心脏病
  - 肺病

- 肾功能衰竭
- 糖尿病
- 严重肥胖症
- 肝病

该列表并未包含所有可能增加感染风险的慢性疾病。如果有任何身体状况，建议向医生咨询个人风险以及可以采取哪些防护措施。

到目前为止，在较广泛病例人口统计中，儿童确诊感染 COVID-19 的病例比率一直很低。目前尚没有关于孕妇感染风险的足够证据。

## 如何保护自己与他人免受 COVID-19 侵害

每个人都能在阻止 COVID-19 传播方面发挥作用。为减缓 COVID-19 的传播，保护易感人群，一定要采取以下措施。

- 始终与他人保持 1.5 米的距离
- 避免有身体接触的问候，如握手、拥抱和亲吻
- 如果出现了感冒或类似流感的症状，请留在家里。即使症状轻微，也要接受检测
- 咳嗽和打喷嚏时，要用手肘或纸巾遮挡口鼻
- 将用过的纸巾直接丢入垃圾箱，然后洗手
- 勤用肥皂洗手，包括进食前后，以及去厕所后
- 使用酒精类免冲洗手液
- 避免触碰口鼻和眼睛
- 清洁和消毒频繁使用的表面，如台面、桌子和门把手
- 清洁和消毒常用物品，如手机、钥匙、钱包和工作证
- 打开窗户或调整空调增加新鲜空气量。
- 下载 COVIDSafe 应用程序

始终遵循 [州或领地当局](#) 有关公共集会的建议。

继续保持正常的医疗预约问诊非常重要，尤其对于需要医疗护理的慢性病或基础病患者。

## 更多信息和联系方式

[澳大利亚政府卫生部网站](#)

[有关 COVID-19 的英文资源](#)

[有关 COVID-19 的中文资源](#)

[澳大利亚政府网站](#)

[Healthdirect 症状检查器](#)

查找[最近的 COVID-19 检测诊所](#) (healthdirect)

[Head to Health 网站](#) 获取身心健康支持

National Coronavirus Helpline: 1800 020 080——每周七天, 每天 24 小时提供服务。

口笔译服务处 (TIS National) : 131 450——面向非英语人士提供所需的口笔译服务。