

## 新冠肺炎 (COVID-19) 的预防普及知识

- [新型冠状病毒性肺炎 \(COVID-19\)](#) 是由一种新型冠状病毒引起的呼吸道疾病，可在人与人之间通过接触进行传播，或通过感染者咳嗽或打喷嚏时产生的呼吸道飞沫与密切接触的人之间传播，另外，人们也可以通过触摸了带有病毒物体表面的手，然后触摸自己的嘴、鼻子或眼睛而感染。
- [新型冠状病毒性肺炎的症状](#)，在早期以发低烧，干咳，浑身没劲为主，少数患者会出现鼻子不通气、咽喉疼痛、肌肉酸疼、大便次数增加、流鼻涕等，重症患者多在发病一周后出现呼吸困难、低氧血症，严重者可快速进展为急性呼吸窘迫综合征、休克、代谢性酸中毒、凝血功能障碍、多器官功能衰竭等。有些轻型感染者可以表现为低热和轻微乏力，而没有肺炎的表现。另外也有部分患者为无症状感染者。
- 由于新型冠状病毒性肺炎目前尚无疫苗可以预防，也没有特效的抗病毒药物进行治疗，因此，只有通过有效的预防措施来进行预防。但是，如果出现以上提到的可疑症状，应根据病情及时到指定的医疗机构就诊，肯塔基州的热线电话为：  
[18007225725](tel:18007225725)
- [主要的预防措施包括](#)：
  - 少出门，勤消毒，多通风
  - 减少接触公共场所的公共物品如：电梯按钮，电灯开关，门把手等等
  - 避免与患病的人近距离接触
  - 避免用未清洗过的手触碰眼睛、鼻子和嘴巴
  - 经常用肥皂水洗手，每次至少 20 秒钟。如果没有肥皂水，可以使用酒精含量至少为 60% 的酒精类洗手液
  - 打喷嚏或咳嗽时用手肘衣服遮住口鼻
- 更多的内容可以参考以下网页：  
<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/about/index.html>  
<https://chfs.ky.gov/agencies/dph/pages/covid19.aspx>
- English version can be found in the above websites

资料来源：中美 CDC