



2019 新型冠状病毒疾病 (COVID-19)

常见问题

最后更新 2020 年 3 月 6 日

马里兰州霍根州长 (Governor Larry Hogan) 指示马里兰州各部会继续针对 2019 新型冠状病毒疾病 (COVID-19) 发展全面且相互协调的预防与因应计划。

马里兰州卫生厅 (MDH) 将随情况发展，直接与大众沟通，提供更新消息与关于如何保护自己与家人的正确信息。

什么是 COVID-19 ?

COVID-19 是由呼吸道病毒所引起的疾病，最初在 2019 年 12 月于中国湖北省武汉市发现。已有数万人感染 COVID-19 而生病，并有一些患者死亡。目前疫情已扩散至世界多国，每天都有新增病例。

COVID-19 已经扩散到美国了吗？

COVID-19 已经扩散到美国，并已造成一些人生病，并导致某些重症病例死亡。

虽然大多数确诊病例都有到 COVID-19 病例数高国家旅行的旅游史，但现在美国已有一些小区传播 (community spread) 的情况。「小区传播」指人们在某地区感染病毒，包括有些人不确定如何被传染或在何处被传染。

目前大众的风险为何？

美国未来可能将出现 COVID-19 广泛传播。专家预期在接下来几星期和几个月，我们将看到

美国与全球出现更多病例。

普通感冒与流感透过小区传播 (community spread) 散布 – 也就是民众在日常生活中被他人传染。美国部分地区通报有 COVID-19 小区传播病例，让人更加关注这些受影响小区所面临的立即威胁。

马里兰州是否有居民患有 COVID-19 ?

2020 年 3 月 5 日，政府宣布马里兰有三个 COVID-19 确诊病例。这三位病人在海外旅游途中染病，目前状况良好，在自家中隔离。

霍根州长在 3 月 5 日宣布马里兰州进入紧急状态，以进一步动员所有可能的州资源。州长的宣布正式授权和指示马里兰卫生厅 (MDH) 及马里兰紧急管理局 (MEMA) 加速协调所有州级与地方层级的机构。州长的宣布也使 MDH 和 MEMA 能够加快协调州级与地方层级卫生单位和紧急管理小组。

民众可在 health.maryland.gov/coronavirus 查看关于送检案数与确诊病例数的最新消息。网页每天更新。

现在谁有感染风险？

目前，有感染风险的人是：

- 最近到爆发疫情的地区旅游的人
- 被确诊患有 COVID-19 的病人近距离接触的人
- 照顾 COVID-19 患者的人

COVID-19 的传播途径为何？

专家认为 COVID-19 传染方式就像感冒或流感，透过：

- 咳嗽或打喷嚏产生的呼吸道飞沫
- 近距离人际接触，例如触碰或握手
- 触碰带有病毒的物体或表面

罹患 COVID-19 的症状为何？

- 发烧
- 咳嗽

- 呼吸急迫
- 有更多肺炎重症（肺部发炎）

如果我认为自己感染了 COVID-19，应该怎么办？

如果您最近曾旅行到任何有疫情问题的地方，或曾接触 COVID-19 患者，而且出现发烧、咳嗽，或呼吸急迫症状，请立刻寻求医疗照护。遵循以下步骤：

- 到医师诊所或急诊室之前先打电话通知对方
- 告诉医护人员您的旅游史和密切接触的人（例如家里的人）
- 如果有口罩，请戴上口罩

大多数患者能够痊愈。大多数患者有轻微或中度症状。医疗人员可能会建议一些患者在家休养，与家里其他人隔离。这些患者如果症状恶化，应立即打电话告知医生或医疗人员。

有些 COVID-19 感染可能导致严重疾病，而且可能导致某些患者死亡。如果患者的症状严重，可能会需要住院。年长者与有既存病情（pre-existing medical conditions）者感染重症的风险较大。所谓既存病情是指癌症、糖尿病、心脏病，或其他影响免疫系统抵抗病菌能力的其他状况。

我是否应取消海外旅游计划？

疾病控制与预防中心（CDC）随情况更新旅游建议。除非必要，否则 CDC 目前不建议国人到某些疫情严重地区旅行。具有潜在健康问题的民众亦应避免到某些地区的非必要旅游。

如果您正在计划海外旅游，请至 CDC 旅游警示网站查询最新的旅游警讯：

<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/travelers/index.html>.

我出门是否应戴口罩？

不需要。我们不建议一般大众戴口罩，虽然在某些情况下，戴口罩可能有用，例如在医院或诊所候诊室戴口罩以避免有呼吸道疾病的人把疾病传染给他人。

CDC 并不建议健康民众戴口罩保护自己避免感染呼吸道疾病，包括 COVID-19。唯有医护人员建议时你才应戴口罩。感染 COVID-19 且有症状的患者可以戴口罩。这是为了降低感染他人的风险。使用口罩对医护人员和其他（不论在家或在医疗机构）近距离照顾 COVID-19 患者的人也至关重要。

我该如何保护自己和他人？

落实日常卫生防护措施能减缓普通感冒与流感等呼吸道疾病的散布：

- 常用肥皂和水洗手，洗手时间至少 20 秒
- 如果没有肥皂和水，使用含至少 60%酒精成分的洗手液
- 咳嗽和打喷嚏时用面纸、袖子或手肘遮住口鼻
- 避免触碰眼睛、鼻子，和嘴
- 清洁和消毒常用物品和常碰触的表面
- 避免与生病的人近距离接触
- 如果生病了，在家休息，除非出门看医生

COVID-19 有没有疫苗或治疗药物？

目前还没有，因为 COVID-19 是新兴疾病。然而，许多专家已经在研发疫苗。就像任何一种新疫苗一样，它必须先经过测试，确定对人体安全且有效。COVID-19 疫苗可能还需要超过一年的时间才能够问世。

目前也尚未有特定的药物能够治愈 COVID-19 疾病。然而，COVID-19 患者应寻求医疗照护以帮助减缓症状的严重程度。

我能如何针对 COVID-19 做更好的准备？

- 准备好充分的非处方药和其他卫生备品，包括止痛药、胃药、咳嗽药，和感冒药
- 检查你的定期处方药，确定你有足够的存量；如有必要重新去补充处方药 (refill)
- 准备好温度计、面纸，和洗手液，以防如果生病必须在家休养
- 和家人与亲人讨论，如果他们生病时该如何照顾他们，以及他们在家将会需要哪些东西。
- 准备二周的存粮和饮用水

我还应该知道哪些事？

- 不要把任何特定族裔或种族背景人士污名化。病毒侵害不会针对特定族群、族裔，或种族背景。

- 持续从可靠的官方管道接收讯息。不要轻信网络和其他来源流传的传说、谣言，和假讯息。透过社交媒体传播的健康讯息常是不正确的，除非是来自 CDC、MDH，或地方卫生局等官方可靠来源。

是否有提供给特定族群，例如企业的额外资源？

CDC 在其网站 [cdc.gov](https://www.cdc.gov) 有提供给企业的信息。

企业

<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/specific-groups/guidance-business-response.html>

孕妇、哺乳妇女，和儿童

<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/specific-groups/pregnant-women.html>

学校

<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/community/schools-childcare/guidance-for-schools.html>

旅客

<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/travelers/faqs.html>

每周更新

欲收到关于 COVID-19 的每周电邮，请在以下网址输入您的电邮地址，并在搜寻格打“COVID-19”：https://tools.cdc.gov/campaignproxyservice/subscriptions.aspx?topic_id=USCDC_2067

