

# CORONAVIRUS COVID-19

---

## 健康

---

2020年10月8日

## 健康

目前，我们仍然暴露在病毒传播的危机之中。为了每个人的健康着想，我们必须继续严格遵守防疫措施，在强制佩戴口罩时戴上口罩，在未强制戴口罩的地方也应该尽可能地戴上口罩，随时提高警觉，在出现症状或被感染时采取应有的检疫措施.....同时继续接受2019冠状病毒病以外的治疗。

### ✓ 我必须做的事

- 我必须遵守防疫措施，并保持身体疏远（1米）；
- 我必须在所有必须佩戴口罩的地方戴上口罩，在未强制的地方也应该尽可能地戴上口罩。
- 如果我有类似于2019冠状病毒病的症状，我必须：
  - 避免接触他人；
  - 致电医生——可以远程就诊，或亲自前往医院就医。如果有必要，医生会开具病毒学检测处方，并给我下一步的指示。
  - 如果我的检测结果呈阳性，我必须居家隔离，或在提供给我的场所中自我隔离7天；
  - 如果我呼吸困难，我应拨打15。

我必须通过各种方式（电话就诊、评估诊疗、继续接受家庭护理），继续接受2019冠状病毒病以外的治疗。

我可以做的事：

- 在没有医师处方的情况下，我也可以自行前往医学检验实验室接受医疗检测，并尽可能事先向实验室预约。
- 我可以献血；
- 如有必要，我的子女可以享有心理辅导方面的支持（我可以拨打免费电话：0 800 130 130，获得更多指引）；
- 如果我有资格享有国家医疗救助和互助医疗保险，我可以免费获得口罩。我可以向社会机构取得相关信息；

## X 我一定不能做的事

- 如果有类似于2019冠状病毒病的症状：
  - 千万不能自行前往急诊室。
  - 在没有联系过医生之前，我不应该自行前往医生处就诊。
  - 我必须更加严格地遵守防疫措施，并避免接触身旁脆弱的人群。