

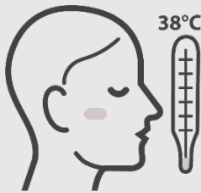
冠状病毒疾病 2019 (COVID-19)

如何自我监控

遵照医务人员给您的建议。

如果您有疑问，或您开始感觉变差，请联系您的医疗服务提供者、Nova Scotia Healthlink 811（健康热线）或当地的公共卫生部门。

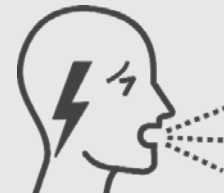
暴露后要监控症状 14 天



发烧



咳嗽



呼吸困难

避免公共空间

- 避免拥挤的公共空间和公共场所，如果您发病，在公共空间场所不便于将您自己与其他人隔离开。

如果您出现这些症状或任何其他症状该怎么办？

- 立即自我隔离，并联系公共卫生部门和您的医疗服务提供者。
- 要进行自我隔离，您需要：
 - 如何进行自我隔离的须知说明
 - 手术/外科口罩（数量要够用 14 天）
 - 肥皂、水和/或含酒精的手部消毒液，用于洗手
- 前往就医时，避免使用地铁、出租车和网约车等公共交通工具。如果无法避免使用公交工具，戴好口罩并坐在后排的座位。

联系当地公共卫生部门：

了解新冠病毒

COVID-19 是一种新病毒。它通过感染者的呼吸道飞沫传播给与其有密切接触的其他人，如居住在同一家庭或提供照护的人。

您还可以在安省卫生厅的网站上查看有关 COVID-19 的最新信息：novascotia.ca/coronavirus