

等待新型冠状病毒(COVID-19)检测结果期间 居家隔离

Home Isolation

While Waiting For Novel Coronavirus (COVID-19) Results

您的医生已经同意您在等待新型冠状病毒(COVID-19)检测结果期间可以呆在家里。您的情况可以在家里照护自己。

为防止本疾病的可能传播，我们要求您：

在家里自我隔离
直到您拿到结果。

要获知您的检测结果，请致电：

冠状病毒热线 1-833-707-2792

每周七天，上午 8:30 至下午 4:30

- 如果您的结果显示您没有感染新冠病毒(COVID-19)，热线的服务护士会解释接下来的步骤。
- 如果您的结果显示您已感染新冠病毒，公共卫生部门人员将会给您打电话。

如何自我隔离 How to isolate yourself

呆在家里 Stay at home

- 呆在家里，需要紧急医疗护理的情况除外。
- 取消约诊，除非约诊是要接受紧急医疗护理。
- 不要去上班、上学或去公共场所（例如商店、购物中心、餐馆和礼拜场所）。留在家中不去上班上学无需医生证明。
- 不要使用公共交通工具或出租车。

去看病就医之前先打电话

Call ahead before going for medical care

- 如果您需要去接受紧急医疗护理，请先打电话。
- 告诉医务人员您正在接受新型冠状病毒检测。
- 抵达时，再次提醒医务人员。这有助于防止其他人可能被感染。

监控您的健康 Monitor your health

- 如果有体温计，每天测体温。
 - 请前往最近的急诊室，如果：
 - 您呼吸困难。
 - 您喝不进任何液体。
 - 您的病情恶化。
- *记住要先打电话，告诉医务人员您正在接受新型冠状病毒检测。
- 如果您需要致电 9-1-1，请提醒接线员您正在接受新型冠状病毒检测。

戴口罩 Wear a facemask

- 当您与其他人共处一室时，戴上口罩。
- 如果因紧急医疗护理，您必须离家，戴上口罩。
- 如果口罩弄湿或弄脏，请更换。

咳嗽和打喷嚏时捂住口鼻。

Cover your coughs and sneezes

- 咳嗽或打喷嚏时，用纸巾捂住口鼻。
- 立即洗手。
- 如果没有纸巾，对着自己的衣袖咳嗽或打喷嚏（不要用手捂口鼻）。
- 把所有用过的纸巾扔进您房间里的塑料袋中。
- 处置塑料袋时，把塑料袋口扎紧，与其他生活垃圾一起丢弃。

洗手 Wash your hands

- 勤洗手。用肥皂和水洗手至少 20 秒钟。有可能时，要用厨用纸巾擦干手。
- 如果无法用肥皂和水洗手，则用手部消毒液（含酒精的搓手液）。
- 不要用未洗过的手触碰眼睛和口鼻。

有关洗手的更多信息，

- 请访问 HealthLinkBC，搜索“85 号文件”。

- 使用本链接(tinyurl.com/u6oyhvy)或扫描本二维码。



不要共用家庭用品。

Do not share household items

- 不要与家中其他人共用盘子、杯子、餐具、毛巾、寝具或其他物品。
- 这些物品用过后，用肥皂和热水清洗。

与其他人隔离

Separate yourself from other people

- 保持与其他人相距至少 1 到 2 米（3 到 6 英尺）。
- 在您隔离期间，如果可能，请与您同住的人去其他地方居住。这对于有慢性病或免疫系统薄弱的人尤其重要。
- 告诉家人和朋友不要来访。
- 如果您必须与其他人同住时：
 - 自己单独呆在一个房间里，包括睡眠。
 - 使用一间有向外打开窗子的房间，可以打开让空气流通。
 - 如果能做到，使用单独的卫生间。
 - 当您与其他人共处一室时，要戴上口罩。

清洁经常接触的物体表面

Clean frequently touched surfaces

- 每天用普通家用清洁剂或稀释的漂白剂（1 份漂白剂兑 9 份水），清洁经常接触的表面。

物体表面的示例：台面、桌面、门把手、卫生间器具、马桶、电话、键盘、平板电脑和床头柜。

如果您有任何问题：

- 请致电您的医生。
- 请致电 BC 省健康热线（HealthLinkBC）。8-1-1 每周 7 天每天 24 小时开通。
可用 130 种语言提供服务。需要译员，请用英语说出您所需的语言。等待译员接听电话。

注：致电冠状病毒热线时，也可以这样做。