

如何做好准备防范冠状病毒

远离呼吸系统疾病，确保自己和家人的安全

HOW TO BE PREPARED FOR CORONAVIRUS (Chinese)



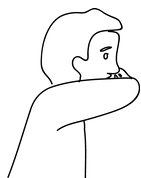
洗手

非常重要。大多数人做得不够或不够好。擦洗 20 秒。如果你不能洗手，请使用含 60% 以上酒精的免洗洗手液清洁。



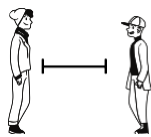
如果你生病了，请务必留在家中

如果您需要就医，并且觉得自己可能接触过冠状病毒，请先致电您的医疗服务提供者，他们将指导您怎样就诊。



不将病菌播散到空气中

咳嗽或打喷嚏时不用手而是用肘部遮挡。或者，使用纸巾，用完即弃。



社交疏远

远离 —— 6 英尺或以上。



消毒物体表面

清洁家中频繁接触的物体表面。去到公共场所后洗手。



时刻做好准备

考虑一般日常用品的供应——例如水和主食或药物。寻求建议请访问 www.ready.gov



口罩

对健康人群来说口罩并非很好的预防工具。如果您生病了，口罩可以帮助防止病菌的传播。卫生保健工作者或其他照顾病患者应佩戴大小合适的口罩（如N95呼吸器）。



理性看待风险

流感还正在沃什特诺郡 (Washtenaw County) 活跃。保持良好的习惯进行预防（洗手，生病时留在家中等等）。如果还未接种流感疫苗，请马上接种。



可靠信息

确保您所获得的信息准确。收藏网站 www.washtenaw.org/health，并通过社交媒体关注沃什特诺郡卫生局。

   @wcpublichealth



Washtenaw County
Health Department
healthy together

Updated March 13, 2020

Created by the Washtenaw County Health Department