



幫助減少冠狀病毒病 (COVID-19) 的傳播

採取措施減少冠狀病毒病 (COVID-19) 的傳播



遵守當地公共衛生
當局的通知



經常用肥皂和水
洗手, 每次至少20
秒鐘



如果沒有肥皂和水,
請使用酒精類
洗手液



盡量不要觸
摸眼睛、
鼻子和嘴



避免與生病
的人有密切
接觸



咳嗽或打噴
嚏要用袖子
捂住,
而不是用手



盡可能待在家裏,
如果您需要外出,
請注意保持人際距離
(大約兩米)

症狀

COVID-19的症狀可能很
輕微, 也可能很嚴重, 而
且接觸病毒后, 症狀最多
可能要14天才會出現。



發燒
(38°C 或以上)



咳嗽



呼吸困難

如果您有症狀



在家隔離以
避免將疾病
傳給他人。



避免拜訪年長
者或有健康狀
況的人, 他們出
現嚴重病症的
風險更高。



去看醫生之前
提前打電話,
或與您當地的
公共衛生當局
聯絡。



如果您的病情
加重, 請立即與
您的醫生/護士
或公共衛生當局
聯絡, 並按照他
們的指示行事。

瞭解有關COVID-19的資訊:

☎ 1-833-784-4397

@ canada.ca/coronavirus