



帮助减少冠状病毒病 (COVID-19) 的传播

采取措施减少冠状病毒病 (COVID-19) 的传播



遵守当地公共卫生
部门的通知



经常用肥皂和水
洗手, 每次至少
20秒



如果没有肥皂和水,
请使用酒精类
洗手液



尽量不要触
摸眼睛、
鼻子和嘴



避免与生病
的人有密切
接触



咳嗽和打喷嚏时用袖子
捂住, 而不
是用手



尽可能待在家里,
如果需要出门,
请注意保持人际距离
(大约两米)

症状

COVID-19的症状可能很
轻微, 也可能很严重, 而
且接触病毒后, 最多可能
要14天症状才会出现。



发烧
(38°C 或更高)



咳嗽



呼吸困难

如果您有症状



在家隔离以
避免将疾病
传给他人。



避免拜访老年
人或健康状
况的人。他们
有更高风险出
现严重疾病。



在前往就医之
前提前打电话,
或与您当地的
公共卫生部门
联系。



如果病情恶化,
请立即与您的医
生/护士或公共
卫生部门联系,
并按照他们的指
示行事。

了解COVID-19的信息:

☎ 1-833-784-4397

@ canada.ca/coronavirus