



HealthLinkBC

冠狀病毒疾病（COVID-19）

冠狀病毒疾病（COVID-19）是由冠狀病毒引發的疾病。COVID-19 疫情已遍及包括卑詩省在內的世界各地，造成了全球大流行。

卑詩省的 COVID-19 疫苗接種計劃

卑詩省四階段 COVID-19 免疫計劃正在進行中，高風險群體將首先接受接種。要瞭解更多關於 COVID-19 疫苗的資訊，包括疫苗審批流程和卑詩省的疫苗分配計劃等主題，請參閱 [COVID-19 免疫接種](#)。

與健康無關的 COVID-19 資訊和服務，請致電 1-888-COVID-19（1-888-268-4319）。服務時間為上午 7:30 至晚上 8:00。

有關 COVID-19 的常見問題

獲得 [COVID-19 常見問題](#) 的解答。了解其傳播方式、潛伏期及症狀。了解如何預防 COVID-19。

公共場所暴露風險

隨著社區中社交活動的增加，您可能會擔心公共場所中的暴露風險，請參見卑詩省疾病控制中心：[COVID-19 的公共暴露風險](#)。

有關您當地衛生部門提供的社區暴露資訊，請參閱 [公共衛生警報頁面中您所在地區的情況](#)。

隨著社會交往在社區中的繼續，您可能也會關注如何安全地進行社交活動。要瞭解更多關於安全社交以減少 COVID-19 暴露的風險，請參閱：

- [卑詩疾控中心：活動規劃](#)
- [卑詩疾控中心：更安全的社交活動](#)
- [卑詩疾控中心：社區環境](#)

檢測

建議任何出現類似感冒、流感或 COVID-19 症狀的人士接受檢測，即使症狀並不嚴重。如果您沒有症狀則無需進行檢測。無需醫生轉診或事先撥打 **8-1-1**。進一步了解 [檢測並尋找採檢中心](#)。

自我隔離與 COVID-19

自我隔離是指待在家中，避免接觸他人。這是防止病毒傳播的重要措施。您應該或必須自我隔離的原因有很多。如需了解自我隔離的更多資訊，請參閱：

- [卑詩疾控中心：自我隔離](#)
- [加拿大政府：冠狀病毒疾病 \(COVID-19 \)：預防和風險](#)

自我監測

自我監測意味著密切注意自己身體狀況。記錄體溫，並留意是否出現任何類似 COVID 的症狀。您可能需要幫助兒童以及年紀較大或患有慢性疾病的密切接觸者進行自我監測。症狀列表：

- [COVID-19 症狀](#)
- [卑詩疾控中心：症狀](#)

要瞭解更多關於自我監測的資訊，請參閱[卑詩省疾病控制中心：COVID-19 每日自我監測表 \(PDF, 257KB\)](#)

症狀

如需了解有關 COVID-19 的症狀、如患病該怎麼辦以及誰是併發症高危人群的更多資訊，請參見[COVID-19 的症狀](#)。

減少感染風險

瞭解更多關於如何[降低感染風險](#)的資訊。

保持病毒低度傳播

保持肢體距離

如需了解有關如何保護自己和他人的更多資訊，請參閱[卑詩省疾控中心：保持肢體距離](#)。

口罩

口罩是一個屏障，當您說話、大笑、唱歌、咳嗽或打噴嚏時，有助於阻止飛沫傳播。將口罩與上述預防措施結合起來可以幫助保護您周圍的人。

要瞭解更多關於佩戴口罩和口罩類型的資訊，請參見[卑詩省疾病控制中心：口罩](#)。

COVID-19 與旅行

有關最新的旅遊建議資訊，請參見：

- 卑詩省政府：[COVID-19 與旅行](#)
- 加拿大政府：[疫情大流行 COVID-19 的所有國家：避免加拿大以外的非必要旅行](#)

治療方法

有一些針對 COVID-19 的具體治療方法，包括一種已經被批准在加拿大使用的疫苗。欲瞭解更多資訊，請參閱[卑詩省疾病控制中心：治療方法](#)。

大多數感染 COVID-19 的人將自行痊愈。請參閱[卑詩省疾病控制中心：如果您感染 COVID-19](#) 頁面，瞭解更多關於當被診斷出患有 COVID-19 時如何控制症狀的資訊。

在 COVID-19 大流行期間，醫生和執業護士可以提供現場護理。一些辦公室也可能提供電話和視訊預約。如果您需要醫療服務，請聯絡您的醫護人員。如果您沒有固定的醫療服務提供者，您可以使用 [HealthLinkBC 目錄](#) 或撥打電話 **8-1-1** 來尋找您所在社區的醫療服務提供者。

就醫時，請向醫護人員告知：

- 您的症狀
- 旅行史或居住史
- 您是否曾與病人，尤其是有發燒、咳嗽或呼吸困難症狀的病人，有過密切或長期的接觸

關於有症狀時應如何處置的更多資訊，請參閱 [COVID-19 的症狀](#)。

心理健康

COVID-19 疫情可能引發難以應對的困惑、悲傷和焦慮。這是我們面臨不確定時正常的感受。照顧好自己的心理健康、善待自己在此時格外重要。了解有關心理健康和 COVID-19 的更多資訊：

- [心理健康與 COVID-19](#)
- [卑詩疾控中心：COVID-19 期間的心理健康](#)
- [加拿大政府：照顧好您的心理健康\(PDF 371KB\)](#)

兒童、青少年、家人

疫情期間管教子女可能會充滿挑戰。如您正處於孕期或哺乳期，您可能對自己和寶寶的健康充滿疑問。當孩子待在家中時，您可能對養育孩子有額外的擔憂。瞭解更多關於 [COVID-19 期間兒童、青年和家庭的資訊](#)。

使用藥物

隨著 COVID-19 疫情的進展，藥劑師提供藥物的方式已經發生了變化。這包括提供處方藥的補充和緊急供應。藥劑師不能在沒有處方的情況下開具新藥。要瞭解更多關於藥房服務的變化，請瀏覽[卑詩省藥劑師學院：新型冠狀病毒（COVID-19）](#)。

有用的資源

有很多關於 COVID-19 以及卑詩省的疫情應對措施的資訊。有關 HealthLink BC **8-1-1** 用於向卑詩省民提供健康資訊和建議的可信來源清單，請參閱 [COVID-19 的有用資源](#)。

如需其他語言的 COVID-19 相關資訊，請參見[卑詩省疾控中心：已翻譯內容](#)頁面。同時提供美國手語視頻。

如果您還有任何關於健康的疑慮或問題，請隨時聯繫 HealthLink BC (**8-1-1**) 或諮詢醫護人員。

最後更新：2021 年 7 月 8 日

冠狀病毒疾病（COVID-19）健康專題提供的資訊改編自[卑詩省疾病控制中心：檢測、卑詩省疾病控制中心：症狀、卑詩省疾病控制中心：口罩、卑詩省疾病控制中心：旅行、卑詩省疾病控制中心：COVID-19 疫苗](#)、[加拿大政府：旅行、測試、檢疫和邊境](#)以及[加拿大政府：入境加拿大的 COVID-19 疫苗接種者](#)頁面，檢索時間：2021 年 7 月 6 日。

如需查找有關更多話題的 HealthLinkBC 文檔，請瀏覽 www.healthlinkbc.ca/healthfiles 網頁，或訪問您當地的公共衛生單位。如需在卑詩省內獲取非緊急健康資訊和建議，請訪問 www.healthlinkbc.ca，或致電 **8-1-1**（免費電話）。失聰和弱聽人士如需協助，請致電 **7-1-1**。若您需要，我們亦可提供 130 多種語言的翻譯服務。