

冠状病毒疾病（COVID-19）

冠状病毒疾病（COVID-19）是由冠状病毒引发的疾病。COVID-19 疫情已遍及包括卑诗省在内的世界各地，造成了全球大流行。

卑诗省的 COVID-19 疫苗接种计划

卑诗省四阶段 COVID-19 免疫计划正在进行中，高风险群体将首先接受接种。要了解更多关于 COVID-19 疫苗的信息，包括疫苗审批流程和卑诗省的疫苗分配计划等主题，请参阅 [COVID-19 免疫接种](#)。

与健康无关的 COVID-19 信息和服务，请致电 1-888-COVID-19（1-888-268-4319）。服务时间为上午 7:30 至晚上 8:00。

有关 COVID-19 的常见问题

获得 [COVID-19 常见问题](#) 的解答。了解其传播方式、潜伏期及症状。了解如何预防 COVID-19。

公共场所暴露风险

随着社区中社交活动的增加，您可能会担心公共场所中的暴露风险，请参见 [卑诗省疾病控制中心：COVID-19 的公共暴露风险](#)。

有关您当地卫生部门提供的社区暴露信息，请参阅 [公共卫生警报页面中您所在地区的情况](#)。

随着社会交往在社区中的继续，您可能也会关注如何安全地进行社交活动。要了解更多关于安全社交以减少 COVID-19 暴露的风险，请参阅：

- [卑诗疾控中心：活动规划](#)
- [卑诗疾控中心：更安全的社交活动](#)
- [卑诗疾控中心：社区环境](#)

检测

建议任何出现类似感冒、流感或 COVID-19 症状的人士接受检测，即使症状并不严重。如果您没有症状则无需进行检测。无需医生转诊或事先拨打 **8-1-1**。进一步了解 [检测并寻找采检中心](#)。

自我隔离与 COVID-19

自我隔离是指待在家中，避免接触他人。这是防止病毒传播的重要措施。您应该或必须自我隔离的原因有很多。如需了解自我隔离的更多信息，请参阅：

- [卑诗疾控中心：自我隔离](#)
- [加拿大政府：冠状病毒（COVID-19）：预防和风险](#)

自我监测

自我监测意味着密切注意自己身体状况。记录体温，并留意是否出现任何类似 COVID 的症状。您可能需要帮助儿童以及年纪较大或患有慢性疾病的密切接触者进行自我监测。症状列表：

- [COVID-19 症状](#)
- [卑诗疾控中心：症状](#)

要了解更多关于自我监测的信息，请参阅[卑诗省疾病控制中心：COVID-19 每日自我监测表](#) (PDF, 257KB)

症状

如需了解有关 COVID-19 的症状、如患病该怎么办以及谁是并发症高危人群的更多信息，请参见[COVID-19 的症状](#)。

减少感染风险

了解更多关于如何[降低感染风险](#)的信息。

保持病毒低度传播

保持肢体距离

如需了解有关如何保护自己和他人的更多信息，请参阅[卑诗省疾控中心：保持肢体距离](#)。

口罩

口罩是一个屏障，当您说话、大笑、唱歌、咳嗽或打喷嚏时，有助于阻止飞沫传播。将口罩与上述预防措施结合起来可以帮助保护您周围的人。

要了解更多关于佩戴口罩和口罩类型的信息，请参见[卑诗省疾病控制中心：口罩](#)。

COVID-19 与旅行

有关最新的旅游建议信息，请参见：

- [卑诗省政府：COVID-19 与旅行](#)
- [加拿大政府：疫情大流行 COVID-19 的所有国家：避免加拿大以外的非必要旅行](#)

治疗方法

有一些针对 COVID-19 的具体治疗方法，包括一种已经被批准在加拿大使用的疫苗。欲了解更多信息，请参见[卑诗省疾病控制中心：治疗方法](#)。

大多数感染 COVID-19 的人将自行痊愈。请参见[卑诗省疾病控制中心：如果您感染 COVID-19](#) 页面，了解更多关于当被诊断出患有 COVID-19 时如何控制症状的信息。

在 COVID-19 大流行期间，医生和执业护士可以提供现场护理。一些办公室也可能提供电话和视频预约。如果您需要医疗服务，请联络您的医护人员。如果您没有固定的医疗服务提供商，您可以使用 [HealthLinkBC 目录](#) 或拨打电话 **8-1-1** 来寻找您所在社区的医疗服务提供商。

就医时，请向医护人员告知：

- 您的症状
- 旅行史或居住史
- 您是否曾与病人，尤其是有发烧、咳嗽或呼吸困难症状的病人，有过密切或长期的接触

关于有症状时应如何处置的更多信息，请参见 [COVID-19 的症状](#)。

心理健康

COVID-19 疫情可能引发难以应对的困惑、悲伤和焦虑。这是我们面临不确定时正常的感受。照顾好自己的心理健康、善待自己在此时格外重要。了解有关心理健康和 COVID-19 的更多信息：

- [心理健康与 COVID-19](#)
- [卑诗疾控中心：COVID-19 期间的心理健康](#)
- [加拿大政府：照顾好您的心理健康\(PDF 371KB\)](#)

儿童、青少年、家人

疫情期间管教子女可能会充满挑战。如您正处于孕期或哺乳期，您可能对自己和宝宝的健康充满疑问。当孩子待在家中时，您可能对养育孩子有额外的担忧。了解更多关于 [COVID-19 期间儿童、青年和家庭的信息](#)。

使用药物

随着 COVID-19 疫情的进展，药剂师提供药物的方式已经发生了变化。这包括提供处方药的补充和紧急供应。药剂师不能在无处方的情况下开具新药。要了解更多关于药房服务的变化，请浏览[卑诗省药剂师学院：新型冠状病毒（COVID-19）](#)。

有用的资源

有很多关于 COVID-19 以及卑诗省的疫情应对措施的信息。有关 HealthLink BC **8-1-1** 用于向卑诗省民提供健康信息和建议的可信来源清单，请参阅[COVID-19 的有用资源](#)。

如需其他语言的 COVID-19 相关信息，请参见[卑诗省疾控中心：已翻译内容](#)页面。同时提供美国手语视频。

如果您还有任何关于健康的疑虑或问题，请随时联系 HealthLink BC (**8-1-1**) 或咨询医护人员。

最后更新：2021 年 7 月 8 日

冠状病毒疾病（COVID-19）健康专题提供的信息改编自[卑诗省疾病控制中心：检测](#)、[卑诗省疾病控制中心：症状](#)、[卑诗省疾病控制中心：口罩](#)、[卑诗省疾病控制中心：旅行](#)、[卑诗省疾病控制中心：COVID-19 疫苗](#)、[加拿大政府：旅行、测试、检疫和边境](#)以及[加拿大政府：入境加拿大的 COVID-19 疫苗接种者](#)页面，检索时间：2021 年 7 月 6 日。

如需查找有关更多话题的 HealthLinkBC 文件，请浏览 www.HealthLinkBC.ca/healthfiles 或访问您当地的公共卫生单位。如需在卑诗省内获取非紧急健康信息和建议，请访问 www.HealthLinkBC.ca 或致电 **8-1-1**（免费电话）。失聪和听障人士，请致电 **7-1-1**。若您需要，我们亦可提供 130 多种语言的翻译服务。