



## 新型冠状病毒肺炎（COVID-19） – 常见问题

### 什么是冠状病毒和新型冠状病毒肺炎？

冠状病毒是一个大型病毒族群，可引起呼吸道感染，轻症为普通感冒，较为严重的包括严重急性呼吸综合征（SARS）和中东呼吸综合征（MERS）等疾病。此次的新型冠状病毒爆发于中国湖北省，由该病毒引起的疾病称为新型冠状病毒肺炎。

### 该冠状病毒是如何传播的？

新型冠状病毒肺炎最有可能通过以下途径在人与人之间传播：

- 与具有传染性的感染者密切接触，或在感染者出现症状之前24小时内与其密切接触；
- 与有咳嗽或打喷嚏症状的确诊感染者密切接触；
- 触摸被确诊者咳嗽或打喷嚏污染的物体或表面（例如门把手或桌子）后，触碰嘴部或面部。

### 新型冠状病毒肺炎的症状有哪些？

新型冠状病毒肺炎的症状与其他感冒或流感症状类似，包括：

- 发烧
- 喉咙痛
- 咳嗽
- 疲劳
- 呼吸困难

虽然冠状病毒令人担忧，但请记住重要的一点，那就是大多数表现出这种症状的人可能患上的是感冒或其他呼吸系统疾病，而不是感染了冠状病毒。

### 如果出现了症状我该怎么办？

如果您在抵达澳大利亚后的 14 天内或最后一次与确诊病例接触后的 14 天内出现症状，应当立即安排与医生见面评估情况。

就诊之前，拨打电话与卫生诊所或医院联系并告知您的旅行史或与新型冠状病毒确诊病例的接触情况。在公共卫生部门通知您可以恢复正常活动之前，请务必在家中、酒店或医疗点自我隔离。

## 我该接受新型冠状病毒检测吗？

您的医生会告诉您是否应当接受检测。如需要，他们会为您安排检测。

只有在医生确认您满足以下标准时，您才能够接受检测：

- 您在过去 14 天内有过海外旅行史并且出现呼吸道症状，不论发烧与否；
- 您在过去 14 天内曾与新型冠状病毒肺炎确诊病例有过密切接触并且出现呼吸道症状，不论发烧与否；
- 您患上了严重的社区获得性肺炎，病因不明；
- 您从事需要与病人直接接触的医疗工作并出现呼吸道症状和发烧。

如果您满足上述任何一条标准，您的医生就会要求您接受新型冠状病毒测试。请记住非常重要的一点，那就是很多出现了与新型冠状病毒肺炎类似症状的人并非感染了该病毒。只有疑似病例才能接受检测以确保我们的实验室有能力应对检测需求。感觉良好且不符合上述条件的人没有必要接受检测。

## 谁需要隔离？

所有 2020 年 3 月 15 日零时以后到达澳大利亚的人或者认为自己曾与确诊病例密切接触过的人都需要自我隔离 14 天。

## 和我同住的人接受了新型冠状病毒检测，我应该自我隔离或者接受检测吗？

如果同住者中出现了疑似病例，您可能也需要隔离，具体情况将由相关公共卫生机构根据个案做出判定。如果您需要隔离，公共卫生机构会与您联系。关于这方面的详细信息，请阅读我们的说明文件 [《居家隔离》](#)。

## 什么是居家隔离？

如果您被诊断为新型冠状病毒肺炎，您必须待在家中以免将病毒传染给他人。如果您可能曾经暴露在病毒环境中，您也有可能被要求居家隔离。

居家隔离意味着您：

- 不去公共场所，例如工作单位、学校、购物中心、幼儿园或大学；
- 委托其他人为您购买食物和其他必需品并放在您的住所门外；
- 家中不接待任何访客，只有通常与您同住的人能够进入的住所。

待在家中时，您无需佩戴口罩。如需出门就医，请佩戴医用外科口罩（如有）以保护他人。

您应当通过电话或在网络上与家人和朋友保持联系。关于这方面的详细信息，请阅读我们的说明文件 [《居家隔离》](#)。

## 何为社交疏远？

社交疏远是帮助减缓新型冠状病毒等病毒传播的手段之一。社交疏远包括身体不适时待在家中、避免不必要的大型公众聚集、尽可能与他人保持 1.5 米的距离以及最大限度地减少握手等身体接触，特别是要避免与可能发展成重症的高危人群进行身体接触，例如老年人或患有基础疾病的人。

虽无必要改变日常生活，但执行这些社交疏远措施有助于保护社区中的高危人群。

## 哪些人患上重症的风险最高？

有些感染者可能并不会出现任何症状，还有些症状轻微容易恢复，也有些人会在短时间内发展成重症。从以往的其他冠状病毒病例情况来看，患上重症风险最高的人群包括：

- 免疫系统受损的人（例如癌症患者）
- 老年人
- 原住民及托雷斯海峡岛民，因为他们患有慢性疾病的比例较高
- 患有慢性疾病的人
- 聚集性居住人群
- 关押场所人员
- 婴幼儿\*

\*在目前阶段，婴幼儿感染风险以及儿童在新型冠状病毒肺炎传播中的作用尚不明确。但目前为止，确诊病例中儿童的比例相对较低。

## 新型冠状病毒肺炎如何治疗？

目前不存在新型冠状病毒肺炎的专门疗法。抗生素对病毒无效。大多数症状可通过辅助性医疗护理治疗。

## 我们应当如何防止新型冠状病毒的传播？

保持良好的手部卫生、注意打喷嚏或咳嗽时的礼仪并在身体不适时与他人保持距离是防范大多数病毒的最好方法。您应当：

- 勤用肥皂和水洗手，特别是进食前后和如厕后；
- 咳嗽或打喷嚏时遮挡口鼻、丢弃纸巾，然后用酒精洗手液清洁手部。

- 如出现身体不适，避免与他人接触（与他人保持1.5米以上的距离）
- 负责任地保持社交距离

## 我可以到养老机构看望家人和朋友吗？

任何病毒一旦在养老机构中爆发将会引发严重问题。新型冠状病毒对老年人构成健康威胁。为保护老年群体，造访养老机构受到限制。在以下情况下，请不要造访养老机构：

- 您在过去 14 天内有过海外旅行史；
- 您在过去 14 天内与新型冠状病毒肺炎确诊者有过接触；
- 您出现了发烧或呼吸道感染症状(例如咳嗽、喉咙痛、呼吸短促)

从 5 月 1 日起，你必须接种流感疫苗才能探访养老机构。

政府还宣布，养老机构必须在探访方面采取额外的预防措施，包括

- 确保探访时间简短；
- 确保包括医生在内的单次探访人数不超过 2 人；
- 确保探访在住户房间内、户外或机构专设区域而非公共区域进行；
- 确保不接待集体探访，不进行涉及多人聚集的社交或娱乐活动；
- 任何规模的学校团体不得探访；
- 16 岁以下儿童除特殊情况不得探访。

如无法到养老机构探访家人或朋友，请通过电话或视频通话、发送明信片、照片、艺术品或视频与他们保持联系。

## 我可以参加音乐会和运动赛事等公众聚集活动吗？

目前，澳大利亚还未出现广泛的新型冠状病毒社区传播。为延缓疫情扩散，澳大利亚政府建议非必要户外聚集应少于 500 人。

医护人员和应急服务人员等关键领域工作者的非必要会面或会议也应受到限制。这一建议不适用于工作场所、学校、大学、商店、超市、公共交通或机场。

为保护脆弱群体，澳大利亚政府还建议减少养老机构以及偏远的原住民和托雷斯海峡岛社区的访客数量。

这些预防措施对60岁以上的人群，特别是其中患有慢性病的人群最为重要。

## 健身房、酒吧、电影院和餐厅等室内场所还可以去吗？

从 2020 年 3 月 18 日起，禁止进行非必要的、有组织的、100 人以上的室内聚集活动。少于 100 人的聚集活动应采取额外的预防措施，包括：

- 考虑场地大小、参与人数以及参与者自由活动所需的安全空间；人与人之间应保持 1.5 米距离；
- 必须提供肥皂和水等手部卫生用品以及相应的垃圾箱。必须经常清洁这些物品；
- 如有不适，您必须待在家中；
- 在酒吧和夜店等活动和互动频繁的場所停留时间不应超过两小时；
- 在剧院、餐厅、电影院以及体育赛事现场等活动受限的場所停留时间不应超过四小时；
- 最大容量超过 100 人的場所应另作调整

遵守社交疏远要求以及采取良好卫生措施的健身房、酒吧、餐厅和电影院目前无需关闭。

## 对飞机、公交车、火车、网约车和出租车等公共交通设施有什么规定？

所有澳大利亚人都应当重新考虑非必要的旅行计划。在飞机上感染新型冠状病毒的风险虽低，但不建议做非必要旅行。

大多数公共交通工具均视作必要。但政府建议雇主灵活安排工作时间以最大程度减少任一时间乘坐公共交通的人数。长距离服务会增加感染风险，目前需重新考虑。

“塔斯马尼亚精神号”渡轮视作必要服务，将继续运营。

如有可能，在乘坐出租车和网约车时坐在后排。

应尽可能避免包括老年人在内的高风险人群集体乘坐交通工具。

## 我的工作场所超过了 100 人，我还可以去上班吗？

是的，您仍然可以去上班。政府目前建议有组织的、非必要的聚集活动限制在 100 人以下。这一建议不适用于工作场所、学校、大学、商店、超市、公共交通工具和机场。如感到不适，您应当待在家中，以免将病菌传染给他人。

## 我应不应该让孩子停止去幼儿园或上学？

不需要。目前阶段，政府建议继续进行必要的日常活动，包括上学和幼儿园。如果您的孩子身体不适，您应当让他们待在家里，以免将病菌传染给他人。

到目前为止，来自全球的信息表明，感染新型冠状病毒的儿童症状均非常轻微并且儿童之间的传染极少发生。

新加坡目前就是一个很好的例子，证明在新型冠状病毒疫情期间不关闭幼儿园和学校有诸多好处。

学校应当确保实施必要的卫生措施，向儿童讲解社交疏远并鼓励他们尽可能地保持社交距离。

## 对运动赛事和活动有什么规定？

大型体育赛事和社区活动可能会推迟举行或取消，这取决于活动规模和预计的参加人数。

社区体育活动目前可继续开展，但只有必要人员可以参加，即运动员、教练、赛事官员、工作人员、参与赛事运营的志愿者以及参与人的家长或监护人。

## 我应该戴口罩吗？

健康人无需佩戴口罩。口罩可以防止感染者将病毒传染给他人，目前不建议健康公众通过佩戴口罩防止新型冠状病毒感染。

## 更多信息

关于最新的建议、信息以及其他参考资料，请访问 [www.health.gov.au](http://www.health.gov.au) 获取。

全国冠状病毒求助热线电话为 1800 020 080，每周 7 天全天开通。如需翻译或口译服务，请拨打 131 450。

您所在州或领地的公共卫生机构电话可通过 [www.health.gov.au/state-territory-contacts](http://www.health.gov.au/state-territory-contacts) 查询。

如担心自己的健康状况，请与您的医生沟通。