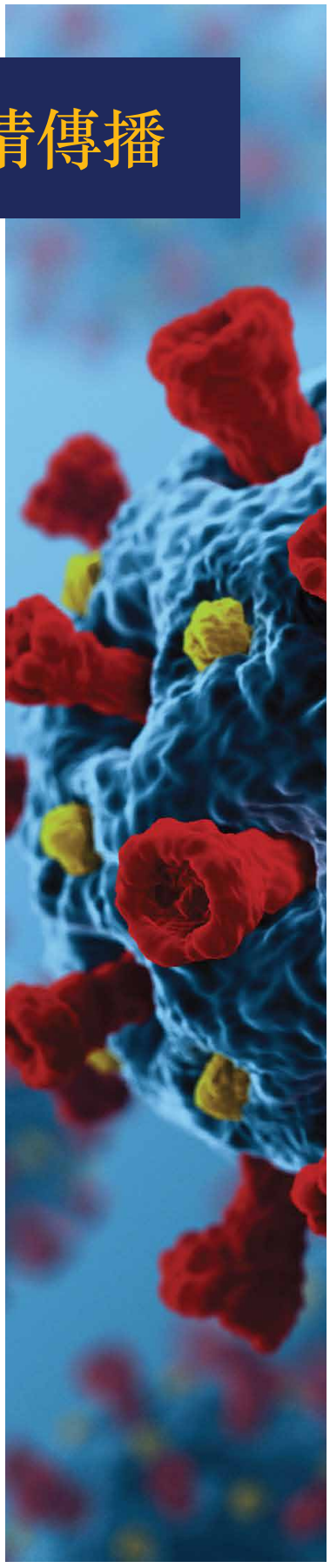
03-18-2020

新冠肺炎 (COVID-19) | 阻止疫情傳播



如何保護自己和他人

- **洗手**—用肥皂和水頻密洗手（至少20秒）
- **避免**觸摸您的臉
- **不要**以握手、擁抱或親吻禮等方式打招呼
- **限制**與群體接觸，並限制與他人(特別是生病的人)有親密接觸 (需保持至少2米的距離)
- **取消**所有不必要的國際旅行
- **頻密清潔**接觸度高的物體和表面
- **戴**上非醫用口罩（如果實際情況難以預測或無法讓您與他人保持身體距離）

要注意的主要症狀：

發燒

咳嗽

喉嚨痛

呼吸急促*

如果您病了

- **留在**家裡（即使症狀輕微）
- 咳嗽和打噴嚏时，用手肘**遮蓋**
- **完成網**上的自我症狀檢查（https://ca.thrive.health/covid19/en）
- **遵從醫**療部門的建議

與他人保持身體距離，阻止疫情傳播

要瞭解更多信息，請訪問 canada.ca/coronavirus

* 其他症狀可能表示新冠病毒感染。

ASSOCIATION MÉDICALE CANADIENNE

CANADIAN MEDICAL ASSOCIATION