



## COVID-19 – 常見問題

### 什麼是冠狀病毒和 2019 冠狀病毒病 (COVID-19) ？

冠狀病毒是已知會引起呼吸道感染的一大類病毒。這些感染的範圍包括普通感冒以及更嚴重的疾病，例如嚴重急性呼吸道症候群 (SARS) 和中東呼吸症候群 (MERS)。這種新的冠狀病毒起源于中國湖北省，由該病毒引起的疾病被稱作 2019 冠狀病毒病 (COVID-19)。

### 這種冠狀病毒如何傳播？

2019冠狀病毒病 (COVID-19) 最有可能藉由以下方式在人與人之間傳播：

- 與具備傳染力的感染者密切接觸，或在感染者顯示出症狀前的24小時內與其密切接觸。
- 與咳嗽或打噴嚏的確診感染者密切接觸。
- 觸摸因確診感染者咳嗽或打噴嚏而被污染的物體或表面（例如門把或桌子），隨後觸摸您的嘴或臉部。

### 2019 冠狀病毒病 (COVID-19) 有哪些症狀？

2019 冠狀病毒病 (COVID-19) 的症狀與其他感冒和流感相似，包括：

- 發燒
- 喉嚨痛
- 咳嗽
- 疲勞
- 呼吸困難。

儘管冠狀病毒令人擔憂，但請務必記住，大多數表現出這些症狀的人可能患有的是感冒或其他呼吸系統疾病，而不是冠狀病毒。

## 如果我出現症狀該怎麼辦？

如果您在抵達澳大利亞後的 14 天內或最後一次與確診患者接觸後的 14 天內出現症狀，則應安排去看醫生，執行緊急評估。

您應在前往衛生診所或醫院之前致電告訴他們您的旅行史，或者您曾與冠狀病毒確診患者有過接觸。您必須在家中、酒店或醫療機構中保持隔離狀態，直到公共衛生部門通知您可以安全恢復日常活動為止。

## 我應該接受 2019 冠狀病毒病（COVID-19）檢測嗎？

您的醫生會告訴您是否應該接受檢測。他們會安排測試。

只有在您的醫生認為您符合以下檢測標準時，您才會被檢測：

- 您在過去 14 天內從境外回來，並且出現呼吸道疾病症狀，無論是否發燒
- 您在過去 14 天內與 2019 冠狀病毒病（COVID-19）的確診患者有過密切接觸，並且出現呼吸道疾病症狀，無論是否發燒
- 您患有嚴重的社區獲得性肺炎，並且沒有明確的原因
- 您是在工作上直接接觸患者的醫護人員，並且有呼吸道疾病症狀和發燒

如果您滿足任何上述標準，您的醫生可以要求您接受 2019 冠狀病毒病（COVID-19）檢測。請務必記住，許多症狀類似於 2019 冠狀病毒病（COVID-19）的人並不是感染了該病毒。我們僅對疑似病例進行測試，以確保我們的實驗室能夠應對。無需對身體狀況良好且不滿足上述標準的人進行測試。

## 誰需要隔離？

自 2020 年 3 月 15 日午夜起抵達澳大利亞的所有人，或認為自己可能與冠狀病毒確診患者有過密切接觸的所有人，必須自我隔離 14 天。

與我同住的人正在接受 2019 冠狀病毒病（COVID-19）的測試。

## 我是否也應該自我隔離並接受測試？

如果您的家庭成員是疑似病例，您則可能需要隔離。這將由您的公共衛生部門根據具體情況而決定。如果您需要隔離，您的公共衛生部門將與您聯繫。有關更多資訊，請閱讀我們的[居家隔離](#)情況說明書。

## 居家隔離意味著什麼？

如果您被診斷出患有 2019 冠狀病毒病（COVID-19），則必須待在家里以防止將病毒傳播給其他人。如果您可能已經接觸到該病毒，我們也可能要求您待在家裡。

待在家裡意味著您：

- 不得前往公共場所，例如工作場所、學校、購物中心、托兒所或大學院校
- 必須請他人為您購買食物和其他生活必需品，並將這些物品放置在您的門口
- 不得讓訪客進入家中 — 只有平時與您同住的人才能進入

您無需在家中戴口罩。如果您需要外出就醫，請佩戴外科口罩（如有）以保護他人。

您應與家人和朋友透過電話和網路保持聯繫。有關更多資訊，請閱讀我們的[居家隔離](#)情況說明書

## 什麼是保持社交距離？

保持社交距離是減緩諸如 2019 冠狀病毒病（COVID-19）等病毒傳播的一種方法。保持社交距離包括在您身體不適時待在家裡，避免參加不必要的大型公眾聚會，儘可能與他人保持 1.5 米的距離以及最大程度地減少身體接觸，例如握手，尤其是避免與更可能出現嚴重症狀的人進行身體接觸，比如老年人和已患有其他疾病的人。

您無需改變您的日常生活習慣，但是採取這些保持社交距離的預防措施有助於保護我們社區中患病風險最大的人群。

## 誰最有可能成為重症患者？

有些感染者可能完全沒有症狀，有些人會出現輕度症狀，並且很容易康復，而有些人則可能很快成為重症患者。根據以前其他冠狀病毒的經驗，最有可能成為重症患者的人群為：

- 免疫系統受損的人群（例如，癌症患者）
- 老年人
- 原住民和托雷斯海峽島民，因為他們出現慢性病的比率更高
- 慢性病患者
- 生活在集體居住環境中的人
- 生活在拘留設施中的人
- 年幼的兒童和嬰兒。\*

\*目前尚不清楚此冠狀病毒對兒童和嬰兒的風險，以及兒童對於2019冠狀病毒病（COVID-19）的傳播起到多大的作用。但是，到目前為止，相對於更廣泛的人群，兒童中2019冠狀病毒病（COVID-19）的確診病例比例較低。

## 該病毒如何治療？

沒有專門針對冠狀病毒的治療方法。抗生素對病毒無效。大多數症狀可以透過支持性醫療護理進行治療。

## 我們能夠如何幫助防止冠狀病毒傳播？

保持良好的手部衛生習慣，打噴嚏/咳嗽時遮擋的習慣，以及生病時與其他人保持距離，這些是抵禦大多數病毒的最佳方式。您應該：

- 在進食前後，如廁後，經常用肥皂和水洗手。
- 在咳嗽和打噴嚏時遮擋口鼻，丟棄用過的紙巾，並使用含酒精的手部消毒劑。
- 如果感到不適，請避免與他人接觸（與他人保持1.5米以上的距離）。
- 行使個人責任，採取保持社交距離措施。

## 我可以拜訪住在養老院的家人和朋友嗎？

在養老院，任何病毒的爆發都可能導致嚴重的問題。不管怎樣，2019 冠狀病毒病（COVID-19）對老年人的健康存在風險。為了保護老年人，對於拜訪養老院將會有限制。如果您存在以下情況，請勿拜訪養老院：

- 過去 14 天內從海外歸來
- 過去 14 天內與 2019 冠狀病毒病（COVID-19）的確診患者有過接觸
- 出現發燒或呼吸道感染症狀（例如咳嗽、喉嚨痛、呼吸短促）

從 5 月 1 日開始，您必須接種流感疫苗才能前往養老院。

政府還宣布，養老院在有人訪問時必須採取額外的預防措施，包括：

- 確保探視時間短
- 確保一次最多兩名訪客，包括醫生
- 確保在居民房間內、室外或養老院指定的特定區域探視，而不是在公共區域
- 不舉辦大型團體訪問或聚會，包括社交或娛樂活動
- 禁止任何規模的學校團體訪問
- 除非特殊情況，否則不允許 16 歲以下的兒童拜訪。

如果無法前往養老院探視家人和朋友，請務必透過電話和視訊通話保持聯繫，發送明信片、照片或藝術品，或影片。

## 我可以參加音樂會和體育賽事等公共聚會嗎？

目前，2019 冠狀病毒病（COVID-19）在澳大利亞尚未出現廣泛的社區傳播。為了幫助減緩傳播速度，澳大利亞政府建議，非必要的聚會人數不應超過 500 人。

重要工作人員（例如醫護人員和緊急服務人員）的非必要聚會或會議也應加以限制。此建議不包括工作場所、學校、大學、商店、超市、公共交通和機場。

為了保護澳大利亞弱勢群體，政府還建議，所有養老院以及偏遠的原住民和托雷斯海峽島民社區都應減少訪客。

這些預防措施對於60歲以上的人群最為重要，尤其是60歲以上的慢性病患者。

## 健身房、酒吧、電影院和餐館等室內活動場所又如何呢？

從 2020 年 3 月 18 日起，將不再允許非必要、室內組織的 100 人以上的聚會。少於 100 人的聚會應採取額外的預防措施，包括：

- 考慮活動空間大小，其中的人數以及人們安全移動需要多少空間。人與人之間應該要保持 1.5 米的距離。
- 必須提供手部衛生用品，例如肥皂和水以及合適的垃圾箱。這些必須經常清潔。
- 如果您感到身體不適，則必須待在家裡。
- 您不應該在酒吧和夜總會等人員流動和互動比較多的地方待兩小時以上。
- 您不應該在劇院、餐館、電影院和體育賽事等人員流動有限的場所待四小時以上。
- 如果場地的最大容許人數要求為超過 100 人，則應重新考慮這個要求。

健身房、酒吧、餐館和電影院目前無需關閉，只要他們遵守保持社交距離預防措施並保持良好的衛生習慣即可。

## 飛機、巴士、火車、共享乘車和出租車等公共交通工具呢？

所有澳大利亞人都應重新考慮非必要的出行。雖然在飛機上感染 2019 冠狀病毒病（COVID-19）的風險較低，但不建議進行不必要的旅行。

大多數公共交通被認為是必不可少的。但是，政府確實建議雇主提供靈活的工作安排，以儘可能減少每次乘搭公共交通工具的人數。長途服務具有較高的感染風險，應在此時重新考慮。

“塔斯马尼亚精神号”渡轮被認為是必不可少的服務，並將繼續運作。

如果可能，在搭乘出租車和共享乘車時，請坐在後座上。

應儘可能避免高風險人群（包括老年人）集體乘坐交通工具。

## 我的工作場所有 100 多人。我還能去上班嗎？

是的，您仍然可以去上班。政府目前建議將有組織的非必要聚會限制為最多 100 人。此建議不包括工作場所、學校、大學、商店、超市、公共交通和機場。如果您身體不適，則應留在家中，以免將病菌傳播給他人。

## 我是否不應該將我的孩子帶往托兒所或學校？

不是，政府現階段建議繼續進行必要的日常活動，包括上學和前往托兒所。如果您的孩子感到不適，則應將其留在家中，以免將其病菌傳播給他人。

到目前為止，來自世界各地的資訊表明，患上 2019 冠狀病毒病的兒童症狀非常輕微，兒童之間傳播病毒的情況較少。

新加坡目前提供了一個強有力的例子，說明在 2019 冠狀病毒病（COVID-19）大流行期間將托兒所和學校保持開放的好處。

學校應確保採取適當的衛生習慣，並儘可能地教育和鼓勵兒童採取保持社交距離措施。

## 體育和活動呢？

大型體育活動和社區活動可能會被推遲或取消，具體取決於活動規模和預期參加人數。

在此階段，社區體育活動可以繼續。但是，只有重要的參與者才能參加活動，即，參與體育活動的運動員、教練，運營賽事所需的賽場工作人員、員工和志願者以及參與者的父母/監護人

## 我應該戴口罩嗎？

如果您身體健康，則無需戴口罩。儘管使用口罩可以幫助防止感染者將疾病傳染給其他人，但是目前不建議健康的公眾戴口罩來預防冠狀病毒等傳染病。

## 更多資訊

有關最新建議、資訊和資源，請訪問 [www.health.gov.au](http://www.health.gov.au)

國家冠狀病毒幫助熱線為 1800 020 080。該熱線每週 7 天，每天 24 小時開通。如果您需要翻譯或口譯服務，請致電 131 450。

您所在州或領地的公共衛生機構的電話可在下方網站獲取：

[www.health.gov.au/state-territory-contacts](http://www.health.gov.au/state-territory-contacts)

如果您對自己的健康感到擔憂，請諮詢您的醫生。