

# 新冠病毒 (COVID-19)

## 自我隔離：

### 看護者、家人及密切接觸者指南

正在照顧新冠病毒感染者或與其同住的人即為「密切接觸者」。

請撥打905-799-7700聯繫皮爾區公共衛生局，以了解如何監測自己的健康狀況以及若身體不適該怎麼辦。請確保告知醫護人員您與COVID-19患者有密切接觸。

#### 經常洗手

- 每次與患者接觸後立即用肥皂和水洗手。
- 如果身邊沒有肥皂或清水，也可以使用含酒精的手部消毒液。



#### 佩戴口罩、手套和眼部護具

- 如果您會接觸到患者的唾液或其他體液（如血液、汗液、唾液、嘔吐物、尿液和糞便），請戴上口罩、手套和眼部護具。



#### 手套和口罩每次用完後立即丟棄

- 結束護理後立即脫下手套、口罩和眼部護具，並將其丟棄在墊有塑膠袋的廢紙簍中。
- 如果您的眼部護具可重複使用，請先用肥皂和水清洗，然後使用帶藥品識別號碼（DIN）的硬質表面消毒劑對其進行消毒。
- 先脫下手套，然後用肥皂和水洗手，之後再取下眼部護具，最後脫口罩。
- 在觸摸臉部或進行其他操作之前，請再次用肥皂和水洗手。



#### 限制來家的訪客人數。

- 除非必要（如看護者），不要接待訪客。
- 如果必須接待訪客，務必始終與他人保持至少兩米的距離。
- 老年人以及患病風險較高的人士（如免疫系統較弱者和心臟病、糖尿病和癌症患者）應遠離感染者。



## 避免共用居家物品

- 不要與自我隔離中的人士共用碗碟、水杯、茶杯、餐具、毛巾、床上用品或其他物品。
- 這些物品在使用後應用肥皂或洗滌劑在溫水中清洗。無需使用特別的肥皂。
- 可以使用洗碗機和洗衣機。
- 不要分享香菸。



## 清潔

- 使用家用清潔用品定期對家中進行清潔。
- 每日定期清潔經常接觸的物體，如馬桶、水池龍頭、門把手和床頭櫃。



## 徹底清洗衣物

- 衣物無需分開清洗，但處理衣物時應戴上手套。
- 脫下手套後應立即用肥皂和水洗手。



## 小心處理垃圾

- 所有垃圾都可以倒在普通的垃圾桶中。
- 傾倒廢紙簍時，需小心不要讓雙手接觸到用過的紙巾。在廢紙簍內墊上塑膠袋以便簡單安全地處理垃圾。
- 傾倒完垃圾後需使用肥皂和水洗手。



本文件由安省公共衛生局（PHO）批准改編。安省公共衛生局對任何第三方翻譯/變更/改編自PHO文件的出版物及其內容概不負責。

獲得可靠的資訊：[peelregion.ca/coronavirus](https://peelregion.ca/coronavirus)  
或 905-799-7700，卡利敦鎮 905-584-2216

上述內容為截至2020年6月23日的最新資訊