

2019冠状病毒病 (COVID-19)住院患者出 院须知

出院日期_____ 病毒检测待进行 已知结果——阳性

须知（待检测患者的须知与结果呈阳性的须知相同，直至结果为阴性）

- 待在家里。**尽量不要离开家，除非是为了获得医疗护理，直到您的医疗保健提供者表示可以外出（检测结果呈阴性）。不要上班、上学或去公共场所，也不要乘公共交通工具。
- 将自己跟别人隔离。**尽可能跟家里的其他人待在不同的房间。如果可能，那么请使用单独的卫生间。如果您必须跟其他人在同一个房间，那么请戴口罩以防止病菌传给他人。
- 在去看医生之前告诉医生。**去看医生之前先打个电话；这样，他们可以为您的就诊做准备，知道您可能患有2019冠状病毒病(COVID-19)。
- 咳嗽和打喷嚏时遮住口鼻。**为了防止病菌传给他人，请在咳嗽或打喷嚏时用纸巾或袖子遮住口鼻。把用过的纸巾扔到有衬里的垃圾桶里，然后立即用肥皂和水洗手。
- 保持手部清洁。**经常彻底洗手，特别是在擤鼻涕、咳嗽或打喷嚏之后、上厕所之后和在吃东西或制备食物之前。使用肥皂和水洗手至少20秒。如果没有肥皂和水而且手不是很脏，那么请使用含有至少60%酒精的洗手液。避免用未洗的手触摸眼睛、鼻子和嘴巴。
- 避免共用家庭用品。**不要跟家里的其他人或宠物共用盘子、饮用玻璃杯、杯子、餐具、毛巾、床上用品或其他物品。这些物品应在使用之后用肥皂和温水彻底清洗。
- 监测病情。**如果您的病情恶化，那么请寻求医疗护理。尽量提前打电话，并戴口罩。在进入任何设施之前戴上口罩。如果您有危及生命的症状（例如，呼吸困难、胸部疼痛），那么请拨打911。如果可能，那么请在急救人员到来之前戴上口罩。
- 哺乳。**如果您在用母乳喂养婴儿或给婴儿喂母乳，那么请遵循您的医疗保健提供者的建议。相关信息参见www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/prepare/pregnancy-breastfeeding.html。

您应遵循这些建议，直到检测表明您未患COVID-19，或公共卫生部门或您的医疗保健提供者告诉您不再具有传染性。



照顾者、亲密伙伴和家庭成员须知

跟疑似或确诊的COVID-19患者同住或在家提供家庭护理的人员应：

- 1. 保持知情。** 确保您理解并能帮助患者遵循其医疗保健提供者的用药和护理说明。
- 2. 将访客限于照顾患者的人。**
 - 不照顾患者的任何人应尽可能地住在另一住处或其他房间。如果可能的话，那么他们还应使用单独的卫生间。
 - 让老年人和那些免疫系统较弱或患有慢性疾病的人远离患者。这些人包括患有糖尿病、慢性心脏、肺部或肾脏疾病的人。
- 3. 确保家中的共享空间有良好的空气流通。** 如果可能的话，那么请打开窗户或使用空调。
- 4. 洗手。** 在家里的人应该经常用肥皂和水彻底洗手至少20秒，尤其是在吃饭之前或上厕所之后。如果没有肥皂和水而且手不是很脏，那么请使用含酒精的洗手液。避免用未洗的手触摸眼睛、鼻子和嘴巴。
- 5. 当您触摸或接触患者的血液、体液和/或分泌物（比如汗液、唾液、痰、鼻涕、呕吐物、尿液或腹泻物）时，请穿戴一次性个人防护装备(PPE)**（比如口罩和手套）。用完后扔掉，不要重复使用。在取下个人防护装备时，首先要取下并处理手套。然后，立即用肥皂和水或含酒精的洗手液洗手。接下来，取下并处理口罩，立即用肥皂和水或含酒精的洗手液再次洗手。
- 6. 避免共用家庭用品。** 不要跟患者共用盘子、饮用玻璃杯、杯子、餐具、毛巾、床上用品或其他物品。遵循下面的清洁须知。
- 7. 每天使用家用消毒剂清洁“高度接触的”所有表面，**比如柜台、桌面、门把手、卫生间固定装置、马桶、电话、键盘、平板电脑和床头柜。另外，清洁可能有血液、体液和/或分泌物或排泄物的任何表面。

清洁须知

- 遵循清洁产品标签上的建议，包括使用产品时应采取的预防措施，比如戴手套或系围裙和确保在使用过程中保持良好的通风。
 - 使用标有“经环保局批准” (“EPA-approved”)的稀释漂白液或家用消毒剂。
 - 彻底清洗。
 - 立即将有血液、体液和/或分泌物或排泄物的衣服或床上用品换下并清洗。
 - 处理污物时应戴上一次性手套。取下手套后立即洗手。
 - 阅读并遵循洗涤或衣物和清洁剂标签上的说明。一般来说，以衣服标签上建议的最高温度洗涤和干燥。
 - 将用过的所有一次性手套、长袍、口罩和其他受污染物品放在一个有衬里的容器中，然后与其他生活垃圾一起处理。处理完这些物品后立即洗手。
- 8. 监测患者的病情。** 如果患者病情加重，那么请打电话给患者的医务人员，告诉医务人员此人已经或正在接受新型冠状病毒感染评估。这将有助于医疗保健服务机构采取措施防止其他人被感染。
- 9.** 需要注意的是，在与患者密切接触时不遵守这些须知的护理人员 and 家庭成员可能被视为“密切接触者”，其健康状况应予以监测。以下是密切接触者需要知道的信息。

COVID-19患者的密切接触者须知

如果您曾与确诊患有COVID-19或正接受COVID-19评估的某人有过密切接触，那么您应：

1. **监测您的健康状况。**从第一次与该患者密切接触的那一天开始，并在最后一次与该患者密切接触之后持续14天。注意以下迹象和症状：

- 发烧。每天测量两次体温。
- 咳嗽。
- 呼吸急促或呼吸困难。
- 需要注意的其他早期症状有寒颤、身体疼痛、喉痛、头痛、腹泻、恶心/呕吐和流鼻涕。



发烧



咳嗽



呼吸困难

如果您出现发烧或上述任何症状，那么请立即打电话给您的医疗保健提供者，告诉他们您与COVID-19确诊或疑似患者有过密切接触，以便他们为您的就诊做好准备。让您的医疗保健提供者给当地或州卫生部门打电话。

2. 如果14天后您没有任何症状，那么您可以继续您的日常活动，比如上班、上学或去其他公共场所。