

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和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。