

コロナウイルス2019 (COVID-19) 知っておくべきこと

公衆衛生局は、COVID-19の拡散を遅らせるために
すべての人に予防策を講じるように促しています。

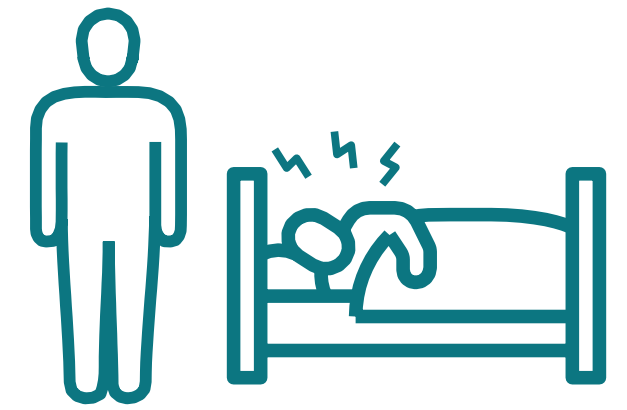
どのように拡散しますか？



感染者の咳、くしゃみ、
または会話時の飛沫から

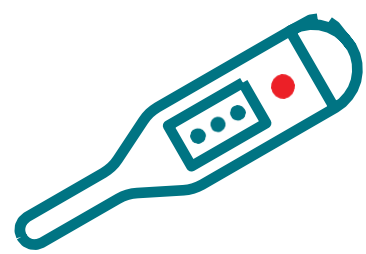


接触面に触れた手で顔を触
ることによって

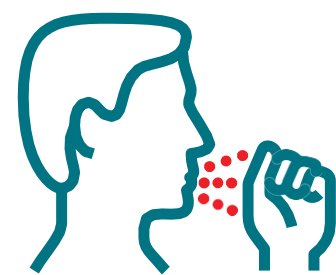


感染者の世話をするなど
の濃厚接触で

どのような症状ですか？



発熱



咳



呼吸困難

その他の症状には：悪寒、筋肉と体の痛み、疲労、頭痛、喉の痛み、吐き気または嘔吐、下痢、鼻づまりや鼻水、また新たな味覚や嗅覚の喪失も含まれます。この症状のリストはすべてを網羅しているわけではありません。

重度またはあなたに関係するその他の症状については、医師にご相談ください。

COVID-19から自分や周囲の人を 守るために何ができますか？

- 外出しなければならない場合は、鼻と口を覆う布製フェイスカバーを着用する。
 - 乳幼児と2歳未満の子供にはフェイスカバーを着用しないでください。2~8歳の子供は、大人の監視の下、着用してください。
 - 呼吸困難、意識がない、または介助なしに自分でフェイスカバーを取り外せない人、また医師より着用しないように指示された場合は着用しないでください。
- できるだけ自宅にいますようにしてください。
- 他の人から6フィート以上離れてください。
- 20秒以上かけて石鹸と水で頻繁に手を洗ってください。
- 目、鼻、口に触れないようにしてください。
- 咳やくしゃみはティッシュ、または手ではなく肘を使って覆ってください。