



# 关于 COVID-19 从接触到康复的信息

## 如果您已接触 COVID-19.....



- 待在家中。
- 观察是否出现症状。



- 发烧
- 咳嗽
- 呼吸急促
- 发冷
- 肌肉疼痛
- 头痛
- 喉咙痛
- 丧失味觉或嗅觉

接触后 2-14 天内出现症状。



## 如果您罹患 COVID-19 或出现 COVID-19 症状.....



- 待在家中。



- 不要去工作或是外出拜访他人。



- 如果您出现症状，尤其是您已超过 65 岁、有其他健康问题或是怀孕时，请致电联络您的医生。

保持隔离，直至.....

- 在不服用药物的前提下退烧后 24 小时。

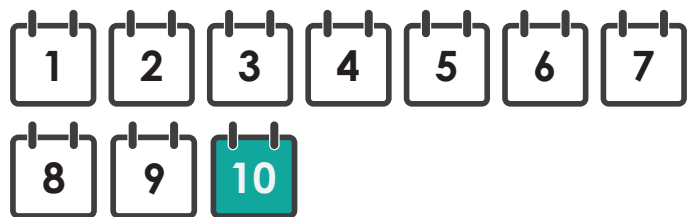


并且

- 其他症状已有改善 (例如，咳嗽或呼吸急促)。

并且

- 症状开始后十天。



### 我需要待在家多长时间? (填空)

我第一次感觉不舒服的日期:	10 天后的日期:	发烧消失日期:	24 小时后的日期:	其他症状好转日期:	圈选最近日期。请待在家中，直至:
示例 4 月 10 日	4 月 20 日	示例 4 月 15 日	4 月 16 日	示例 4 月 21 日	示例 4 月 21 日



DOH 820-089 Updated July 2020  
Chinese Simplified

您需要本文档的其他格式，请致电 1-800-525-0127。失聪或听障客户请致电 711 (Washington Relay) 或发送电子邮件至 [civil.rights@doh.wa.gov](mailto:civil.rights@doh.wa.gov)。

请访问 [DOH.WA.GOV/Coronavirus](https://DOH.WA.GOV/Coronavirus) 或 [Coronavirus.wa.gov](https://Coronavirus.wa.gov)，致电 1-800-525-0127 并按 # 号键获取译员服务，或编辑“Coronavirus” (冠状病毒) 发送至 211211 了解更多信息。