



# 关于冠状病毒(COVID-19) 的重要信息

[Michigan.gov/Coronavirus](https://Michigan.gov/Coronavirus)

**经常用肥皂和温水洗手至少20秒钟。**

## COVID-19是如何传播的？

- 未经适当遮挡的咳嗽和喷嚏。
- 密切接触（与确诊病例的距离不足6英尺）。
- 触摸带有病毒的物体或表面，然后触摸口鼻和眼睛。

## 症状

COVID-19确诊患者会出现发烧、咳嗽和呼吸困难的症状。这些症状在感染后的最少两天至最长14天之后出现。

## 我如何帮助预防疾病的传播？

- 经常用肥皂和温水洗手至少20秒钟，尤其是在饭前便后；擤鼻涕、咳嗽或打喷嚏之后。
- 如果在没有肥皂和水的条件下，使用酒精含量不低于60%的免洗洗手液。
- 避免触碰眼睛和口鼻。
- 当您生病时，请待在家中。
- 清洁并消毒经常触碰的物体和表面。

## 关于口罩有何建议？

- CDC建议在难以保持社交距离的公共场合（例如日用品店、药房）佩戴布制面罩。
- 不足2岁的儿童、任何呼吸困难的人、任何不能自行取下面罩的人不应佩戴口罩。

- 外科口罩或N-95呼吸器等重要物资应留给医护人员和其他医疗急救人员。
- 布制面罩应在下次使用前机洗并彻底晾干。

## 对于食品企业：

- 生病的员工或表现出呼吸道症状的员工在他们的症状消失前不应工作。
- 保证有可供顾客使用的含酒精的免洗洗手液和额外的餐巾纸/纸巾。
- 继续定期清洁并消毒任何物体或表面，尤其注意可能被生病的员工或顾客触碰过的表面。
- 遵守安全食品处理要求，包括用温肥皂水洗手至少20秒。

## 我的食物需怎样处理？

时刻保持良好的卫生习惯，例如在处理或准备食物时经常洗手并清洁物体表面、将生肉与其他食物分开、煮至适合的温度，并及时将食物冷藏。

## 我的宠物需怎样处理？

没有证据表明包括宠物在内的伴侣动物会传播COVID-19。然而，由于动物会将其他疾病传染给人类，所以在接触过动物之后用肥皂清洗双手总是有益的。当您患COVID-19时，请限制与宠物和其他动物的接触，就像您与其他人之间一样。

如需更多信息，请访问 [Michigan.gov/Coronavirus](https://Michigan.gov/Coronavirus) 或 [CDC.gov/Coronavirus](https://CDC.gov/Coronavirus)。