

COVID-19 and the Flu

了解新冠病毒（COVID-19）和流感



COVID-19的症状可能与流感相似。如果您出现了紧急警告体征，比如呼吸困难、嘴唇或脸色发紫、胸部持续疼痛或有压迫感、开始出现意识不清、无法醒来或无法保持清醒，请立即寻求紧急医疗救护。

流感	COVID-19
发烧	发烧或寒颤
咳嗽	咳嗽
喉咙痛	喉咙痛
流鼻涕或鼻塞	流鼻涕或鼻塞
肌肉或身体疼痛	肌肉或身体疼痛
头疼	头疼
疲倦	疲倦
	气短或呼吸困难
	近期丧失味觉或嗅觉
	恶心或呕吐
	腹泻

COVID-19和流感由不同病毒引发，但传播方式类似。保护自己防范感染的最佳方式包括：

- 接种流感疫苗。推荐年龄在6个月以上的所有人都接种流感疫苗。
- 佩戴面部遮挡物，与非同住人员保持6英尺的距离。限制与非同住人员的接触。
- 勤洗手。

如果您患上流感：

- 请留在家中，远离他人，时间为发病后至少7天内 **或者**
- 发热呼吸道症状缓解后至少24小时内，以较长者为准。

如果您的COVID-19检测为阳性，并且有症状：

- 请留在家中，除非自开始出现症状已过去至少10天 **并且**
- 在未服退烧药的情况下24小时内没有发烧 **并且**
- 其他症状已经有所改善。

如果您的COVID-19检测为阳性，并且无症状：

- 请在检测为阳性后的至少10天内，留在家中。



Alameda County
Health Care Services Agency



Alameda County Public Health Department
Celebrating Healthy People in Healthy Communities

Colleen Chawla – Agency Director
Kimi Watkins-Tartt – Director
Nicholas Moss, MD – Interim Health Officer

Contact

Public Health Department:
(510) 267-8000 Main Line

COVID-19 Information:
(510) 268-2101

www.acphd.org