



提示

COVID-19（新冠病毒）正在我們的社區中傳播，會引起發燒、咳嗽和嚴重的呼吸問題。

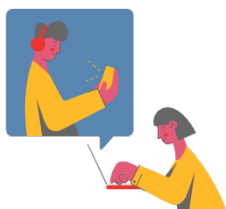
有些人罹患重病的風險更高。60歲以上的人群以及糖尿病、心臟病、肺病、癌症和其他慢性病患者都可能因COVID-19而病情加重。

如何注意安全：



- 在公共場所佩戴口罩，勤用肥皂和水洗手20秒鐘，並避免接觸病人。
- 與他人保持至少六英尺的身體距離。
- 儘量不要觸碰自己的臉。
- 避免那些允諾特效藥、疫苗或借支持COVID-19患者之名索取金錢的騙局。

如何保持聯絡：



- 與家人、朋友、鄰居或可信賴的支持者通話、發短訊或電子郵件。
- 如果您感到擔憂或孤獨，請致電友誼熱線尋求情感支援：800-971-0016。
- 如果發燒、發冷、咳嗽或呼吸急促，請致電醫生或診所。嚴格遵循其指示。
- 如果呼吸困難、胸痛或精神混亂，請致電911。

致電阿拉米達縣COVID-19熱線：510-268-2101，獲取最新資訊。



Alameda County
Health Care Services Agency
阿拉米達縣
醫療保健服務局



Alameda County Public Health Department
Celebrating Healthy People in Healthy Communities
阿拉米達縣公共衛生部
歡慶健康人健康社區

Colleen Chawla 局長
Kimi Watkins-Tart 主任
Nicholas Moss, MD 臨時衛生官

聯絡方式

公共衛生部
(510) 267-8000 主線

COVID-19 信息：
(510) 268-2101
(510) 268-2101

www.acphd.org

版本： /11/2020