

冬季健康習慣



請**及時**接種COVID-19、流感和RSV疫苗，降低重大疾病風險。



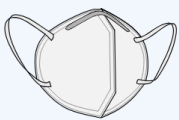
生病時請**居家**，並進行COVID-19**檢測**。如果第一次抗原測試結果呈陰性，請務必於24-48小時後再次進行檢測！如果您的癥狀加重或存有顧慮，請聯繫醫護人員。



如果COVID-19檢測結果呈陽性，請**制定計畫**進行治療。請務必在出現癥狀5日內開始進行口服藥物治療。



請縮小聚會規模，把聚會地點設在室外或**通風良好**的地方。



在室內公共場所，特別是重大疾病感染風險較高時（65歲以上老年人和/或存在特定健康情況的人士），請注意**佩戴口罩**。



勤洗手，咳嗽或打噴嚏時請捂住口鼻。



**Public Health
Department**
Alameda County Health

欲瞭解更多資訊，請瀏覽
covid-19.acgov.org
或掃描二維條碼

