

有新型冠状病毒症状的应对步骤：



了解如何对应可以帮助我们[更好地控制](#)这些天出现的情况，并为我们周边的人[提供帮助](#)。如果出现症状（发烧或咳嗽或呼吸困难），请遵循以下步骤：

- 1 自我隔离** 在一个有窗的[单独房间](#)，房门关闭，如果有条件，最好拥有独立的卫生间。
如果可能：与其他住在一起的人保持2米距离并保持清洁卫生。
- 2 保持沟通** [有一个电话](#)来通知你的需求，并与你的亲人保持沟通。
- 3 感觉恶化?** 如果你感觉呼吸困难或无论什么症状感觉病情恶化，[请拨打 112](#)。
- 4 你的自治区电话号码** 也可以拨打你所在[自治区](#)设立的电话号码，或联系卫生中心。
- 5 自我治疗** 服用[扑热息痛 \(paracetamol\)](#)来降烧；在额头上敷[湿毛巾](#)或者温水洗澡来控制发热；[大量喝水](#)；[保持休息](#)，时常在房间进行走动。
- 6 住家隔离** 你已经了解了应立即采取的措施，研究并执行[住家隔离的建议](#)并通知你的家人要进行隔离。
- 7 洗手** 确保家里所有人都会[正确洗手](#)。
- 8 如果病情恶化** 如果出现呼吸困难或者发热得不到控制，[请拨打 112](#)。
- 9 至少 10 天** 自症状出现之日起，应至少隔离 [10 天](#)，通常要求是，临床病症痊愈后再须隔离三天。
- 10 康复** [跟踪和康复](#)确认需由初级保健医师审核，或者根据每个自治区的指示来完成。