

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：

- 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。
- 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。
- 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](#)。
- 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。
- 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。
- 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。
- 洗手**
确保家里所有人都会[正确洗手](#)。
- 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](#)。
- 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。
- 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。