

感染了 COVID-19?

如果您有 **COVID-19** 的症状（如咳嗽、呼吸困难、发烧、发冷、肌肉疼痛、喉咙痛、新发味觉或嗅觉丧失），请待在家里并自我隔离。尽可能把自己和别人分开，即使是家里的人。

如果您想接受 **COVID-19** 检测，请联系您的医疗保健提供者。

通知您生病期间，包括在您出现症状前 **2** 天内与您有过密切接触的每个人。告诉他们自我检疫，并监测他们的健康。

好好休息，多喝水。用非处方药治疗症状，并在就诊前提前打电话。

如果您的症状恶化，或者您有更高的风险患上重症 **COVID-19**（老年人和有严重潜在疾病的任何年龄段的人），请致电您的医生。

自我隔离多久？

当发生以下三种情况时，**COVID-19** 患者可以结束居家隔离：

- 自症状首次出现以来，至少已经过了 **10** 天，并且
- 至少 **24** 小时不发烧，未服用退烧药，并且
- 症状有所改善

如果您的 **COVID-19** 检测呈阳性，但从未出现任何症状，那么在第一次阳性诊断测试 **10** 天后，您就可以与其他人相处了。



VDH 弗吉尼亚州
卫生署



弗吉尼亚州的
健康掌握在
我们手中。
尽自己的一份力
量，阻止传播。