什么是 2019 冠状病毒病（COVID-19）？

2019 冠状病毒病，通常称为 COVID-19 或 COVID，是由急性呼吸系统综合征冠状病毒 2（SARS-CoV-2）引起的呼吸道感染。 SARS-CoV-2 和 COVID-19 于 2019 年 12 月在中国武汉首次发现。 从那时起，该病毒在世界范围内迅速蔓延，导致大流行和数亿人感染。

冠状病毒是一个较大的病毒类别，可以感染人类和动物并引起疾病。 目前已知感染人类的冠状病毒有七种。 其中四种很常见，会引起像普通感冒一样的轻微呼吸道感染。 其余三种类型，包括 SARS-CoV-2，会导致更严重的呼吸道感染。

谁会感染 COVID-19？

该病毒具有高度传染性，没有保护性免疫力（接种疫苗或近期感染）的人员在接触该病毒后可能会感染并患上 COVID-19。 老年人和患有某些基础疾病（例如心脏病、肺病或糖尿病）的人患严重 COVID-19 疾病的风险更高。

COVID-19 是如何传播的？

当感染者呼出含有病毒的飞沫或小颗粒时，就会传播 COVID-19。 在呼吸、说话、唱歌或运动的时候，都可能发生这种情况。 这些飞沫和颗粒可被另一个人吸入，或者落在他们的眼睛、鼻子或嘴里。 有时，感染者可能会污染他们接触的表面，而其他人则会通过用受污染的手接触眼睛、鼻子或嘴而受到感染。 与感染者的距离小于六英尺的人员最有可能被感染。

感染 COVID-19 的症状有哪些？

COVID-19 感染引起的疾病可能从无症状或非常轻微的症状到可能导致住院、重症监护或死亡的严重疾病。 比较常见的症状包括：

- 发烧或发冷
- 咳嗽
- 呼吸急促
- 疲乏感
- 肌肉或身体疼痛
- 头痛
- 新出现味觉或嗅觉丧失
- 喉咙疼痛
- 鼻塞或流鼻涕
- 恶心或呕吐
- 腹泻

虽然任何人都可能出现症状，但老年人和有某些基础疾病（如心脏病、肺病、糖尿病和免疫系统较弱）的人患 COVID-19 重症的风险更高。 重病症状包括：

- 呼吸困难
- 胸部持续疼痛或有压迫感

- 新出现谵妄
- 无法醒来或保持清醒
- 皮肤、嘴唇或甲床苍白、灰暗或发青

接触后多久会出现症状？

接触病毒后 2-14 天可能会出现相关症状。

如何诊断 COVID-19 感染？

有两种类型的病毒检测可用来诊断当前的 COVID-19 感染。 分子测试（也称为 RT-PCR）可用于检测病毒的遗传物质。 抗原检测用于寻找病毒表面的特定蛋白质。 抗原检测为非处方药，可供家庭使用。 这两种测试都可以确定您是否存在活动性 COVID-19 感染。 分子和抗原测试通常通过使用长拭子从鼻子采集样本来进行 您的医疗服务提供者可能会根据您的体征和症状、您是否与感染者有过密切接触、您是否有使您面临较高重症风险的疾病、或者您是否要进行医疗手术来决定是否进行病毒检测。 检测可以在实验室、检测地点或您的家中进行。

COVID-19 有哪些治疗方法？

目前，有三种药物被美国食品和药物管理局（FDA）授权或批准用于治疗 COVID-19： Paxlovid 、Veklury 和 Lagevrio。 经诊断为轻度至中度 COVID-19 感染并有较高重症风险的人士，应立即联系医疗保健提供者，以确认是否有资格接受治疗。 必须在发病的最初几天开始治疗才能有效。

如何预防 COVID-19 感染？

应遵循多种策略来减缓 COVID-19 的传播。

- 及时了解您的 COVID-19 疫苗接种情况。
  - 对于老年人和患有某些基础疾病（例如心脏病、肺病、糖尿病和免疫系统较弱）的人员来说，这一点尤其重要 ，因为他们患 COVID-19 重症的风险更高。
- 如果您生病了，请待在家里，以防止将病毒传播给他人。 24 小时后，如果满足以下条件，则可以恢复正常活动：
  - 整体症状已有所改善，并且
  - 没有发烧（在未使用退烧药的前提下）。
- 采取措施，保持家中和其他地方通风，确保空气无污染。 其中可能包括打开窗户让新鲜空气进入并维护中央供暖、通风和空调（HVAC）系统。
- 保持良好的卫生习惯。
  - 经常用肥皂和水清洗双手，至少 20 秒。 如果没有水，请使用酒精含量至少为 60% 的酒精类洗手液清洗双手。
  - 定期对经常接触的表面进行清洁。

我怎样才能了解有关 COVID-19 的更多信息？

- 如果您对 COVID-19 有疑虑，请联系您的医疗保健服务提供者。

- 请致电您当地的卫生部门。 地方卫生部门的名录参见 https://www.vdh.virginia.gov/local-health-districts/。
- 请访问弗吉尼亚州卫生部 COVID-19 网站：www.vdh.virginia.gov/coronavirus/。
- 请访问美国疾病控制与预防中心（CDC）网站：https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/index.html。

2024 年 3 月