

冠狀病毒病 (COVID-19)

(Coronavirus disease (COVID 19))

離開急診室或緊急照護中心後的照護說明

(Care instructions after you leave the emergency department or urgent care centre)

此資訊設有其他語言的翻譯本 - 請參閱本頁底部的連結。

您不需要住院。您可以在家中等待 COVID-19 的檢測結果，並在家中病後康復。

如果您發生以下情況，請撥打 911：

(Call 911 if you:)

- 出現新的呼吸困難或情況加劇
- 出現新的胸痛或情況加劇
- 感到疑惑或無法清晰地思考
- 昏倒（失去知覺）。

如果您發生以下情況，請打電話給您的醫護人員或撥打 811 聯絡 Health Link：

(Call your healthcare provider or Health Link at 811 or get medical care if:)

- 您的症狀在 7 到 14 天內沒有改善
- 您開始改善，然後情況變得更差
- 您認為您的藥物沒有作用或您因藥物而出現副作用
- 您有脫水的徵兆和症狀，例如：
 - 嘴巴非常乾燥
 - 只排出少量尿液
 - 感到頭暈

請打電話給您的醫護人員：

(Call your healthcare provider:)

- 安排追蹤預約
- 如果您有任何非緊急的問題或疑問
- 如果 COVID-19 檢測已經超過 5 天，但您還是沒有收到結果

自我隔離

(Isolate yourself)

謹建議您在離開急診室 (ED) 或緊急照護中心 (UCC) 後開始自我隔離。這代表您：

- 留在家中 並遠離他人
- 只有 在需要醫療照護時才離家外出
- 不搭乘公共交通工具 (例如公車或火車)
- 如果您需要與其他人待在一起，例如自己家裡的人或需要接受醫療照護，請配戴口罩
- 咳嗽或打噴嚏時，以袖子或手肘遮住，或者用紙巾遮住口鼻 (然後立刻丟到垃圾桶內，並清潔雙手)
- 經常用肥皂和水洗手至少 20 秒 – 如果您沒有肥皂和水，可使用酒精洗手液
- 避免觸摸您的眼睛、鼻子、嘴巴和臉部
- 嘗試遠離家裡的其他人，而且只留一名健康人士照顧您 (若需要)
- 留在獨立的睡房內，而且使用家裡其他所有人沒有使用的獨立浴室 (若可能)
- 不要共用床上用品、毛巾、盤子、餐具和電子裝置等個人家居用品
- 每天使用家居清潔劑和消毒濕紙巾或噴霧來清潔和消毒您的家裡

關於您何時能夠安全地結束隔離，請遵照您取得的建議。如果您不確定，請撥打 811 聯絡 Health Link。

有關隔離建議的詳情，請瀏覽[隔離建議](#)

關於 COVID-19

(About COVID-19)

COVID-19 是由病毒引起。COVID-19 的症狀與流行性感冒 (流感) 或其他影響肺部和氣管的疾病 (稱為呼吸道疾病) 的症狀非常相似。COVID-19 可引致：

- 發燒
- 咳嗽
- 呼吸急促
- 呼吸困難
- 喉嚨痛
- 流鼻水

在家照顧自己

(Caring for yourself at home)

- 多休息有助於您感覺好轉。
- 飲用大量液體。
- 如果咳嗽讓您無法入睡，請使用多餘的枕頭把頭墊高。
- 請勿抽煙、抽電子煙或吸入二手煙。
- 要舒緩身體的酸痛和頭痛或退燒，請嘗試依照包裝上的說明使用 acetaminophen (例如 Tylenol)。
- 請勿使用抗組織胺 (例如 Benadryl 或 Reactine) 來治療 COVID-19 的症狀。該等藥物用於協助控制過敏症狀，而非上呼吸道感染。
- 完全按照處方用藥。

欲了解有關在家照顧自己的詳情，請瀏覽 [COVID-19 自我照護指南](#)

我可從何處瞭解更多資訊？

(Where can I learn more?)

瀏覽以下網站以取得 COVID-19 的最新資訊：

- Alberta Health – alberta.ca/covid
- Alberta Health Services (為 Alberta 省人提供的資訊) – ahs.ca/covid
- Alberta Health Services (為接受 COVID-19 檢測者提供的建議) – ahs.ca/results
- Government of Canada – canada.ca/covid-19
- MyHealth.Alberta.ca – [冠狀病毒病 \(COVID-19\) 照護說明](#)

冠狀病毒病 (COVID-19) 相關資訊

(Related to Coronavirus Disease (COVID-19))

- [COVID-19: Alberta Health Services](#)
- [給 Alberta 省人的 COVID-19 資訊：Alberta Health](#)

如需取得全年無休的護理師建議和一般健康資訊，請撥打 811 聯絡 Health Link。

最後一次審查：2022 年 8 月 17 日

作者：Emergency Strategic Clinical Network, Alberta Health Services

本內容不可取代合資格醫療專業人員的建議。本內容僅用於提供一般資訊，並按「原樣」、「原位」提供。儘管已做出合理努力來確認資訊的準確性，但 Alberta Health Services 不對此類資訊的準確性、可靠性、完整性、適用性或針對特定目的之適用性做出任何明示或暗示性的或法定的保證或陳述。Alberta Health Services 明確表示不對使用這些材料以及因此類使用而引起的任何索賠、行動、要求或訴訟承擔任何責任。