

COVID-19 关键信息

更新时间：2020 年 11 月 2 日

当前状况

- 修斯顿新冠病毒 (COVID-19) 阳性比率、每天新增病例数、自夏季以来住院率均首次出现上升趋势。
- 这一形势让人担忧，尤其是节假日季节，人们会有更多时间留在室内并且习惯与家人和朋友聚会。
- 我们有能力，也有责任携手努力，让企业和学校复工，并保护易受感染的人群。
- 戴口罩、社交疏离、洗手、做测试。不要停止、不要忘记。

预防性行为

- 为了保护彼此，我们需要做好“携手打造、美好明天”宣传活动所阐述的简单易做的要求：
 - 经常用肥皂和水**洗手**至少 20 秒钟
 - **戴上口罩**，遮住口鼻
 - **保持社交疏离**，与其他人的距离至少六英尺
 - 进行**检测**，如果测试结果为阳性就隔离。
- 让我们携手努力使休斯顿重返正轨。感谢您帮助家园休斯顿更好地恢复，携手打造、美好明天。

做测试

- 接受检测能让您保护您的家人、朋友和社区。
- 检测为公共卫生专业人员提供了进行接触者追踪和阻断传播链的机会。
- 在休斯顿卫生部门下属的站点进行检测是**免费、快速和安全的**。
- 等待时间很短，实验室平均在 4 天内报告结果。
- 在休斯顿卫生部门附属测试点测试不要求居住证明、公民身份或保险。
- 使用新冠病毒 (COVID-19) 服务不算公共负担，不会对移民申请产生不利影响。
- 为了您周围人的安全，如果您有症状并正在等待检测结果，您应该如同感染了病毒一样在家自我隔离。

- 如果您的检测结果为阳性，为了保护您所挚爱的亲友，请自我隔离，让那些与您曾经密切接触的人知道您的检测呈阳性。

流感季节

- 由于新冠病毒 (COVID-19) 的影响，今年的流感季节有所不同。
- 人们可能同时感染流感和新冠病毒 (COVID-19)，这对老年人和有潜在健康问题的人尤其危险。
- 每个流感季节，医院入住率都会增加，这将使医院照顾新冠病毒 (COVID-19) 患者的能力面临压力。
- 虽然目前还没有针对新冠病毒 (COVID-19) 的疫苗，**但有流感疫苗。**
- 每个年龄在六个月以上的人现在都应该注射流感疫苗。
- 保护社区中的老幼是我们的责任。
- 大多数药店、菜店、医生办公室和诊所都可以注射疫苗。
- 可以在休斯顿卫生部门卫生中心通过预约获得价格与收入对等的疫苗。请拨打 3-1-1 联系您附近的中心。

假日安全

- 因为新冠病毒 (COVID-19) 的原因，这个假日季节与众不同。
- 如果您感染了新冠病毒 (COVID-19)，或与新冠病毒患者有过接触，请不要参加任何与人面对面的假日庆祝活动。
- 避免与家庭以外的人面对面聚会。
- 如果您参加的聚会有家外的人，请考虑在聚会前后 14 天避免与非家庭成员接触。
- 假日期间在家与家人进餐的风险低。
- 户外活动比室内活动安全，但每个人都应该戴口罩并保持 6 英尺的距离。
- 在公共场合及周围有非家庭成员时戴口罩并保持社交疏离。无法经常用水洗手时使用洗手液。
- 在线订购食品，在商店门口提货，而不是进入店内。
- 避免在拥挤的商店购物，特别是在黑色星期五。请考虑充分利用网购的优势。

- 如果必须进店购物，选择人少的时候，戴口罩并保持社交疏离。

接触追踪

- 选择和接触追踪工作人员合作有助于保护您的家庭和社区，并减缓新冠病毒 (COVID-19) 的传播。
- 如果您的新冠病毒 (COVID-19) 检测结果呈阳性，当地卫生部门的接触追踪人员会通过电话、电子邮件或短信与您联系。
- 他们会检查您的健康状况，讨论您与哪些人有过密切接触，并请您留在家中自我隔离。
- 随后他们会联系与您有过密切接触的人员，询问他们是否有症状并给出检测和隔离指导。
- 不会向您指证为密切接触的人员透露您的姓名。
- 在接触追踪过程中收集的信息不会用于任何其他目的。
- 鉴于信息对于阻止疾病传播至关重要，请务必与接触追踪人员坦诚合作。
- 接触追踪人员绝不会向您索要您的社会保障号、银行信息或信用卡号。
- 如果您是首次收到休斯顿卫生部门的联系追踪器的电话，请注意显示的号码应该是 713-853-8700。如果您在固定电话接收来电，则显示应该为 Houston Health 713-853-8700。
- 休斯顿卫生部门的接触追踪工作人员自动短信将来自 35134、73940 或 39242。
- 休斯顿卫生部的接触追踪电子邮件调查将发自 houstonhealthdepartment@qualtrics-survey.com。

心理健康：

- 休斯顿卫生部通过经培训的心理健康专业人员团队免费热线提供心理健康支持。
- 人们可以拨打心理健康求助热线：713-999-9442，工作时间为 10 月 1 日至 12 月 24 日，每周 7 天工作，时间为下午 1 点至夜间 11 点。

- 求助热线是为人父母的一个很好的工具，可以帮助因孩子虚拟学习、照看儿童、居住在高风险地区以及在新冠病毒 (COVID-19) 疫情前线战斗的工作人员缓解压力。很快就会为父母组建虚拟支持小组，并提供帮助应对疫情持续压力的工具包。
- 服务也以西班牙语提供。

测试后支持

- 如果您或您所挚爱的亲友检测结果为阳性，无法继续工作，您可以在以下机构寻求帮助：
 - [修斯顿食品银行](#) 向受新冠病毒 (COVID-19) 影响的家庭提供服务，并在该市众多地点分发食品、农产品和熟食。休斯顿食品银行雇佣了经过认证的导航员，他们会协助申请 SNAP、煤气水电费和房租补助。
 - [Lone Star 法律援助](#) 提供与新冠病毒 (COVID-19) 有关的租房驱逐令和银行因不还房贷收回住房方面的法律协助，也在失业补偿、公共福利和家庭暴力等领域提供法律援助。
 - [211 Texas/United Way](#) 是一个由大修斯顿地区 United Way 运营的免费帮助热线，每周 7 天每天 24 小时全天候提供服务，并有多种语言选择。训练有素的专员将提供各种社会服务组织的信息和推介。

抗体测试调查

- 休斯顿卫生部和 CDC 正在进行一项**自愿抗体**测试调查。
- 由休斯顿卫生部工作人员和休斯顿消防部门流行病人员组成的小组将访问休斯顿随机选择的家庭，让家庭成员回答调查问题并提供血样。
- 可以通过团队身着带有 *Better.Together.* 字样的体恤衫识别其身份，他们绝对不会询问任何财务或社会安全号方面的信息。
- 第一阶段将于 9 月 8 日至 24 日进行，第二阶段将于 2021 年冬季开始。
- 只有被团队主动联系的家庭才有资格参加，而且参加是自愿的。
- 如果选择参与活动，您将提供关于过去曾接触过该病毒人士的重要信息。
- 这项调查将通过检测人体免疫系统用来对抗感染的蛋白质抗体来识别曾经感染过新冠病毒 (COVID-19) 的人。



- 抗体测试并不能代替在休斯顿地区免费提供的口腔或鼻腔拭子病毒测试。

西班牙裔社区

- 从病例和死亡百分比来看，休斯顿的西班牙裔居民比其他任何种族群体受到冠状病毒的影响都大。
- 休斯顿卫生部门的人不会询问您的公民身份或移民身份。
- 新冠病毒 (COVID-19) 检测不影响绿卡身份或永久居住证申请。没有合法身份的人即使检测结果为阳性也不会被驱逐出境。
- 休斯顿卫生部门正在受灾最严重的地区开展有针对性的宣传活动，以提供预防信息和资源。

年青人

- 年轻人可以通过采取适当的预防措施来阻止疫情蔓延，从而帮助恢复经济。
- 虽然目前部分社会活动已经开放，但要恢复正常生活还为时过早。
- 年轻人应该和其他年龄的人群一样，在公共场合尽量减少与他人接触，戴口罩，保持社交距离。
- 如果您在一个即不能戴口罩又难以保持社交距离的地方，那么您需要离开此地。
- 甚至年轻人也开始出现重症，需要住院治疗，甚至死亡。
- 虽然大多数健康的年轻人会康复，但他们可能会在不知情的情况下将病毒传染给其他人(包括家庭成员)，受传染的人可能会遭受包括死亡在内的严重后果。

关于新冠病毒 (COVID-19)

- 新冠病毒 (COVID-19) 是一种呼吸道疾病，主要在感染者咳嗽或打喷嚏时传播到与其密切接触(约六英尺内)的人。
- 目前还没有预防新冠病毒 (COVID-19) 的疫苗，也没有专门的治疗药物。
- 新冠病毒 (COVID-19) 的主要症状包括发热、咳嗽和呼吸短促。其他症状包括肌肉和身体疼痛、头痛、味觉或嗅觉丧失、喉咙痛、鼻塞或流鼻涕、恶心或呕吐以及腹泻等。
- 如果您有这些症状，请与其他人保持至少六英尺的距离，并给您的医生打电话。



- 大多数感染新冠病毒 (COVID-19) 的健康人都经历症状从轻到重的过程并最终康复。
- 患有糖尿病、心脏病、癌症和肥胖症等潜在健康问题的人更有可能遭受包括死亡在内的严重后果。
- 我们仍在了解新冠病毒 (COVID-19) 及其长期影响的信息。

关于携手打造、美好明天。

洗手、戴口罩、社交疏离、做检测。

如果我们每个人都努力防止新冠病毒 (COVID-19) 的传播，我们每个人都会受益。让我们携手努力使休斯顿重返正轨。感谢您帮助家园休斯顿更好地恢复，携手打造、美好明天、houstonhealth.org

