



Bringing autism resources together

新型冠状病毒 (COVID-19) 须知

新型冠状病毒是什么？

新型冠状病毒是一种疾病，可通过飞沫（比如咳嗽或打喷嚏时所产生的飞沫）在人与人之间传播。其症状包括发热、咳嗽和呼吸急促。您或许听到过，这种病毒的名称为新型冠状病毒、COVID-19 或 novel coronavirus。

疫情会对我有什么影响？

新型冠状病毒很容易发生人与人之间的传播，因此建议大家保持“社交距离”。这意味着与他人保持一定的距离，从而避免接触或是传播病毒。这也意味着学校可能会关闭，各种大型活动可能被取消，或是大家可能需要在家里办公。这种疫情可能意味着您的正常生活节奏会发生变化，但是这都没关系。这些变化仅仅是暂时性的，而且其宗旨都是为了保持您的健康。

我如何才能做到保持健康？



- 避免密切接触其他人：与患病人士保持至少六英尺的距离，并且避免到人群密集之处。
- 保持良好的卫生习惯：清洗双手的时间至少 20 秒钟，或是使用以酒精为主要成分的洗手液，尤其是在从公共场所回来之后。避免触碰自己的面部。
- 捂住嘴：当您咳嗽或打喷嚏时，请用纸巾或胳膊肘遮挡口鼻。随后立即清洗双手。
- 打扫卫生：清洁您所使用过的公用区域，比如键盘、门把手、电灯开关以及电话等等。

如果仍有疑问，我应该怎么做？

宾夕法尼亚州卫生部的新型冠状病毒网址：
<https://www.health.pa.gov/topics/disease/Pages/Coronavirus.aspx>

疾病控制与预防中心网址：
<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-nCoV/index.html>



bringing autism resources together

PAautism.org

Pennsylvania's leading source of autism-related resources and information

877-231-4244

The ASERT Collaborative is funded by the Office of Developmental Programs, PA Department of Human Services.