

# 碰到 COVID-19 ( 新冠肺炎 ) ,

## 你應該知道的事

 線上易讀手冊



### 這本手冊的內容有

外面有新冠肺炎.....	1
好像有點不舒服.....	5
因為新冠肺炎要住院.....	7
新冠肺炎治療結束後.....	10



台北市立陽明教養院 編製

## 外面有新冠肺炎，平常可以怎麼做？

今年多了一種新的病，容易經過口水、鼻涕傳染，叫做嚴重特殊傳染性肺炎，COVID-19（新冠肺炎），也有人叫它武漢肺炎。

得到新冠肺炎的人，可能會咳嗽、發燒，或是呼吸困難。

為了保持身體的健康，平常就要注意保護自己。



# 外面有新冠肺炎，平常可以怎麼做？

最重要的是要**正確洗手**。  
尤其是吃東西前、擦鼻涕後、  
上廁所後、到醫院看病後、  
從外面回家後。



洗手最好的方式是用水和肥皂。  
要洗到手心、手背、指縫、手腕。

 疾病管制署

正確洗手



手上沾了肥皂之後，  
至少要互相搓洗 20 秒  
(大概是唱 2 次生日快樂歌)，  
再用水把肥皂沖掉。



祝你生日快樂  
祝你生日快樂~



# 外面有新冠肺炎，平常可以怎麼做？

到人多的地方要戴**口罩**。



戴口罩時要注意壓緊，  
不要讓鼻子或嘴巴露出來。



不管是戴口罩、或把口罩拿下來，  
只要有碰到口罩，  
都要記得洗手。



## 外面有新冠肺炎，平常可以怎麼做？

不管在哪裡，  
都盡量不要揉眼睛，  
也不要碰鼻子和嘴巴。



如果身體沒有不舒服，  
就盡量不要到醫院。



想知道更多新冠肺炎的事，  
可以到網路上下載、  
或直接打電話詢問。



防疫專線：1922



衛生福利部  
疾病管制署

## 好像有點不舒服，應該怎麼做？

有咳嗽、發燒、或呼吸困難，  
要戴口罩去醫院看醫生。



如果有發燒，  
一定要跟醫院說。



如果你和家人最近有出國，  
也要記得跟醫院說。

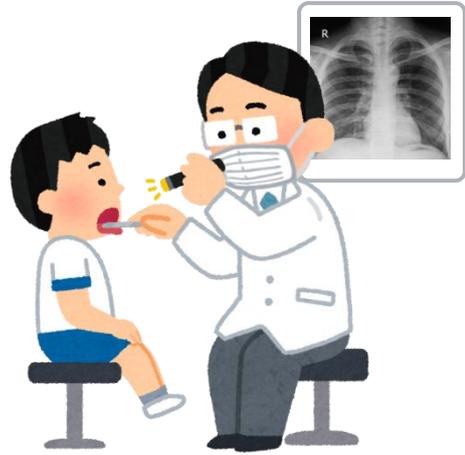


## 好像有點不舒服，應該怎麼做？

醫生會根據你的狀況幫你檢查，  
不是每個不舒服去醫院的人  
就是新冠肺炎。

有的檢查需要住院。  
如果檢查是肺炎的話，  
也有可能需要住院治療。

如果檢查後只要拿藥回家，  
除了每天按時吃藥外，  
要記得和平常一樣多洗手、  
出門戴口罩，每天也要量體溫。



## 因為新冠肺炎要住院，可以怎麼做？

如果要住院，  
可以跟護理人員說需要的東西。  
如果是家裡才能準備的，  
醫院會幫忙通知家人。



每個人有自己的床，  
床邊的牆上會寫名字。



醫師和護理人員在進房間時，  
都會穿隔離衣、戴口罩。



## 因為新冠肺炎要住院，可以怎麼做？

護理人員每天會固定時間進來房間，  
幫忙量體溫、量血壓、送藥，  
有需要的時候會幫忙打點滴。



醫師也會每天來看你，  
如果有需要的話，  
會幫你調整正在吃的藥、  
讓你更舒服。



如果想找醫師或護理人員，  
要注意緊急鈴在哪裡。



## 因為新冠肺炎要住院，可以怎麼做？

因為肺炎發燒住院需要好好休息，  
家人只能在醫院規定時間來看你。



如果想念家人，  
可以用視訊電話，  
家人可以從醫院外面打進來聊天。



每過幾天就會安排檢查，  
只要身體恢復健康，  
醫院就會幫忙安排出院，  
並聯絡家人接你回家。



## 新冠肺炎治療結束後，應該怎麼做？

出院回家後的 14 天內，  
還是要每天早上、晚上  
各量 1 次體溫，並做紀錄。  
要注意醫院的出院說明。

離開家到外面活動，  
都要記得戴口罩。

可以從疾病管制署的記者會，  
或疾病管制署的網站，  
知道新冠肺炎的最新情況。



防疫專線：1922



衛生福利部  
疾病管制署

## 新冠肺炎治療結束後，應該怎麼做？

每天早睡早起，  
多運動、多喝水，  
身體不舒服就到醫院看醫生。



恢復以前健康的身體後，  
也要記得好好保護自己的健康！



這本手冊適合住在社區的心智障礙者，  
網頁上還有機構版，歡迎下載：

<https://reurl.cc/O11X99>

# 筆記欄

