

入住须知 (Information For Your Stay)

辅助自我隔离点 (Assisted Self-Isolation Site)

全国各地的公共卫生部门都在努力遏制新型冠状病毒肺炎 (COVID-19) 的传播。在隔离期间，所有 COVID-19 患者及其密切接触者均必须在家中或指定地点进行自我隔离（请参见附录 A：“关于强制隔离期的知识宣讲”）。

感谢您自愿入住本隔离酒店，以帮助保护您的家庭成员和社区其他成员。

一般 COVID-19 信息 (General COVID-19 Information)

请访问我们的 ahs.ca/covid 网站以获取最新建议和消息。

COVID-19 有哪些症状？ (What are the symptoms of COVID-19?)

- 报告显示，感染了 COVID-19 的患者有轻度至重度呼吸系统疾病，并伴有咳嗽、发热、疲劳、喉咙痛、流涕、呼吸困难和/或气促等症状。
- 尽管 COVID-19 可能导致严重疾病，但许多人只有轻微症状。
- 对老年人以及有糖尿病、心脏问题或呼吸困难等健康状况的人员来说，感染 COVID-19 可能会导致非常严重的疾病。

COVID-19 是如何在人与人之间传播的？ (How is COVID-19 spread from person-to-person?)

- COVID-19 主要通过咳嗽、打喷嚏、直接接触患者，或接触患者最近触碰过的物体表面进行传播。
- 此外，COVID-19 还可通过接触飞沫（如咳嗽或打喷嚏时的飞沫）沾染的物体表面进行传播。如果接触过此类表面的人员将手放在眼睛或口鼻附近，也可能被感染。
- 与 COVID-19 感染者共同生活的人员被感染的风险更大，特别是在拥挤的房屋内。入住隔离酒店就是在帮助保护您的家庭以及整个社区的安全。

关于您在辅助自我隔离酒店的住宿 (About Your Stay at the Assisted Self-Isolation Hotel)

您可能会因以下任一原因入住酒店：

- 您的 COVID-19 检测结果呈阳性
- 您有典型的 COVID-19 感染症状
- 您的家人感染了 COVID-19，我们希望将您隔离开以确保您的安全。

您自愿来到这里，以帮助您与家庭成员分开进行自我隔离。如果您认为自己必须回家，没有人会强迫您留在这里。

辅助自我隔离点 (Assisted Self-Isolation Site)

如果您感染了 COVID-19 或有典型症状，您将一直住在这里直至症状消失，或者距症状出现已经至少 10 天（以时间较长者为准）。

如果您住在这里是为了保护自己远离感染了 COVID-19 的室友，则您将一直住到您的家庭成员确认安全为止。

在您入住隔离酒店期间，您应待在为您指定的房间内以保护您和其他住客的健康。您必须尽量少与他人面对面接触。您将通过电话接受持续的医疗监测并获得其他支持。

我们理解，与朋友和家人隔绝是非常困难的事。我们会 竭尽所能让您在这里住得愉快、舒适。

保密 (Confidentiality)

为了保护您的隐私并尊重在此居住的其他人的隐私，我们请您对此隔离点的名称和具体位置严格保密。

COVID-19 检测 (COVID-19 Testing)

如果您符合 COVID-19 检测标准，我们将安排您接受检测（如果您尚未检测）。

医疗和个人防护措施 (Medical and Personal Protection Measures)

我们会为您提供少量口罩和手套，供您在隔离地点住宿使用。在酒店中，您无需在房间内佩戴口罩，但您在打开房门领取食物或与工作人员交谈时请务必戴上口罩。此外，如果您因任何原因离开房间，也必须佩戴口罩和手套并通知前台。

医护人员会定期通过电话与您联系，以监测您的健康状况；如果您的症状恶化，他们会根据需要进行进一步的健康评估。

如果您需要补充任何药品，请联系您的家庭医生。如有其他非紧急医疗问题或您的症状恶化，请联系 811 或您的家庭医生办公室。如有任何紧急医疗需要，请拨打 911 并告诉他们您在 COVID-19 隔离点。

活动/访客 (Movement/Visitors)

在整个隔离期间，您需要待在自己的房间内。在您入住期间，严禁任何访客探视，以防止病毒传播。

辅助自我隔离点 (Assisted Self-Isolation Site)

用餐 (Meals)

我们会每天为您提供早餐、午餐、晚餐和饮料。

请勿使用外面的送餐服务或拨打酒店的客房服务电话，因为只有经过授权的人员才能进入隔离空间。

酒店代表每天都会与您联系以安排餐食并将餐食送到您房间的门口。如果您对任何食物过敏或有饮食限制，请告诉他们。

自来水 (Tap Water)

酒店的自来水干净并可饮用。

客房服务 (Room Services)

在隔离期间，如果您需要更多床上用品、洗护用品和清洁用品，客房部会将干净的相应用品放在门外。您应将所有垃圾、用过的毛巾和床单放在提供的塑料袋内，然后按照酒店的指示将其放在门外（同样，打开门时请佩戴口罩）。

个人护理措施 (Personal Care Measures)

为确保您在入住期间得到充分的休息，建议您：

- 通过伸展、温和的运动等，保持活跃状态。
- 练习正念、冥想、深呼吸，放松身心。
- 与家人和朋友保持联系（如电话、FaceTime、WhatsApp、Skype），确保按时吃饭、多喝水，保证充足的睡眠。
- 花点时间做些让您感觉舒服的事情，例如听音乐或读书。
- 如果您认为可以进行哪些改进以让您住得更加舒适，请告诉我们的员工。

配送到酒店或您的房间 (Deliveries to Hotel or your Room)

如果您对某些必需品有特殊需求，请告诉我们，我们将尽力满足您的需求。我们恳请您不要在网上订购商品，也不要接收酒店外送来的补给包裹。

互联网和电话 (Internet and phone calls)

我们会为您提供在指定地点使用免费 **wifi** 的说明。请使用您的个人移动电话或平板电脑拨打外部电话和视频通话。

入住须知 (Information For Your Stay)

辅助自我隔离点 (Assisted Self-Isolation Site)

与隔离工作人员沟通 (Communications with Isolation Staff)

如有任何疑问或疑虑，请直接向酒店工作人员提出。如果您需要文化、社交和语言方面的支持，酒店工作人员会帮您联系社区组织。

紧急援助 (Urgent Assistance)

遇到紧急或危及生命的情况，请拨打 911。

辅助自我隔离点 (Assisted Self-Isolation Site)

附录 A: 关于强制隔离期的知识宣讲(Appendix A: Education on mandatory isolation periods)

出现相关症状的阿尔伯塔民众

- 法律规定, 如果您出现咳嗽、发热、气促、流涕或喉咙痛, 且这些症状与您的既往疾病或健康状况无关, 则您必须隔离至少 10 天。
- 强制隔离期为自症状开始后 10 天, 或直至症状消失, 以时间较长者为准。

COVID-19 检测结果呈阳性

- 法律规定, 如果您的 COVID-19 检测结果呈阳性, 则您必须隔离至少 10 天。
- 隔离期为自症状开始后 10 天, 或直至症状消失, 以时间较长者为准。

确诊病例的密切接触者

密切接触标准为: (a) 在未妥善使用个人防护装备 (PPE) 的情况下, 为确诊病例提供身体护理; (b) 与确诊病例住在一起, 或在未妥善使用 PPE 的情况下, 与其发生长时间的身体接触 (在 2 米内停留超过 15 分钟); (c) 直接被喷嚏或咳嗽喷到。

- 法律规定, 如果您与 COVID-19 检测呈阳性的人密切接触, 则您必须隔离 14 天并监测症状。
- 如果您在此期间出现咳嗽、发热、气促、流涕或喉咙痛等症状, 则您必须自症状开始起再隔离 10 天, 或直至症状消失, 以时间较长者为准。

隔离信息

- 自我隔离意味着您需要一直待在家中或隔离点内, 直到您知道 COVID-19 检测的结果并且完成隔离期为止。

集中照护

- 如果需要, 应尽量对实验室确诊的 COVID-19 病例集中照护。
- 应对 COVID-19 感染者的有症状密切接触者进行检测, 并在其等待检测结果时, 为其安排单独的房间。他们不应与确诊的 COVID-19 病例或无症状的人待在同一个空间里。

有关自我隔离的更多详细信息, 请访问: <https://www.alberta.ca/isolation.aspx>