

新冠肺炎 (COVID-19) 公众常见问题解答 (novel Coronavirus (COVID-19) FAQs for Public)

AHS 紧急协调中心 (ECC) 发布

修订日期: 2020 年 6 月 26 日

请注意: 我们已尽可能确保此常见问题解答为最新版; 如需了解阿尔伯塔省的最新动态, 请访问 www.alberta.ca/covid19。

如果您是阿尔伯塔省的医务工作者, 请访问 www.ahs.ca/covid。

阿尔伯塔省的新冠肺炎疫情现状如何? (What's happening in Alberta?)

阿尔伯塔省仍有新的 COVID-19 病例出现。如需了解阿尔伯塔省的当前病例人数及其他信息, 请访问 www.alberta.ca/covid19。

什么是新型冠状病毒肺炎 (简称新冠肺炎) (COVID-19)? (What is novel coronavirus (COVID-19)?)

- 冠状病毒是一大类病毒的统称。有些冠状病毒会引起人类呼吸道疾病, 程度从轻微和普通感冒到严重肺炎不等。也有些冠状病毒只会动物身上引发疾病。动物冠状病毒极少会传染给人类, 通过密切接触在人与人之间传播的情形也极为罕见。
- COVID-19 是指新型冠状病毒。新型冠状病毒是一种新毒株, 以前从未在人类身上发现过。
- 这意味着, 人们对这种病毒没有免疫力, 也没有抑制病毒的特效疫苗或治疗方案。

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

- COVID-19 最常见的症状包括:
 - 发热
 - 新发的咳嗽或恶化的慢性咳嗽
 - 新发或恶化的呼吸急促或呼吸困难
 - 咽喉痛
 - 流鼻涕
- COVID-19 的其他症状可能包括:
 - 鼻塞
 - 吞咽疼痛
 - 头痛

- 寒颤
- 肌肉或关节痛
- 总体感觉不舒服，或出现疲劳或极度疲劳
- 胃肠道症状（恶心、呕吐、腹泻或无法解释的食欲不振）
- 嗅觉或味觉丧失
- 结膜炎，通常称为“红眼病”
- 多数（约 80%）感染此病的人士无需特殊治疗即可康复。但它也可能会导致更严重的疾病。年龄较大和有其他健康问题的人士更容易发展为严重疾病，包括：
 - 呼吸困难
 - 肺炎
 - 重症患者有死亡的危险。
- 尽管我们仍在不断深入了解 COVID-19，但老人或有以下既往病史的群体在感染病毒后似乎更容易引发重大疾病：
 - 高血压
 - 心脏和/或肺部疾病
 - 癌症
 - 糖尿病

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

- COVID-19 通过以下方式在人与人之间传播：
 - 咳嗽或打喷嚏、说话、谈笑和唱歌等产生的飞沫
 - 接触已被污染的物体或表面，然后触摸眼睛、鼻子或嘴巴。
- COVID-19 不通过空气传播，也不会像麻疹一样长距离或长时间通过空气散播。研究表明，病毒通常在物体表面仅可存活数小时，但若环境条件较为理想，也可能存活长达数日。
- 感染 COVID-19 的人士，在尚未开始感到不适，甚至未显现任何症状之前，也可能将病毒传播给他人。但在出现咳嗽或流鼻涕等症状后，COVID-19 的传播风险最高。

谁最容易成为 COVID-19 重症患者？ (Who is most at risk for becoming very sick with COVID-19?)

- 虽然大多数 COVID-19 患者病情较轻，但有些人更有可能成为重症患者。老年人和患有高血压、糖尿病、心脏病和肺病等疾病的人患重症的风险似乎更高。

您对免疫系统受损、有哮喘病或因其他健康原因有重症风险的人群有什么建议？ (What are your recommendations for people who are immune compromised, have asthma or at high risk of severe illness for other medical reasons?)

- 待在家中。现在应待在家中，避免社交和其他不必要的外出活动。
- 如果您必须外出，请与他人保持适当的[身体距离](#)。如果前往公共场所且难以始终保持 2 米的身体距离，请佩戴口罩。除采取其它公共卫生措施抑制传播以外，还应佩戴[口罩](#)。
- 遵守我们有关预防所有呼吸道疾病的做法：
 - 使用酒精消毒剂，或者肥皂和温水[清洗双手](#)至少 20 秒钟。
 - 请勿用未清洗过的手触摸面部或口鼻。
 - 避免与患者密切接触。
 - 清洁和消毒经常接触的物体表面。
 - 生病时，[咳嗽和打喷嚏请用手臂遮住口鼻](#)，然后洗手。
- 如果您病情加重，需要立即就医，请拨打 911。

如何治疗 COVID-19? (How is COVID-19 treated?)

- 大多数轻症患者可以自行康复。尽管目前尚无治疗 COVID-19 的特效药，但可以通过支持性疗法对 COVID-19 患者进行治疗。阿尔伯塔省的卫生保健系统能够为 COVID-19 重症患者提供有效的医疗诊治。

COVID-19 与流感病毒有什么区别? (What is the difference between COVID-19 and influenza?)

从某些方面而言，COVID-19 与流感病毒（也称为“流感”）存在相似之处：

- COVID-19 与流感都会使感染患者出现呼吸道疾病。
- 两种病毒的传播途径相同，都是通过鼻子和嘴巴产生的小液滴散播。
- 不同于麻疹一类的疾病，两种病毒均无法长距离或长时间通过空气散播。

COVID-19 与流感之间存在以下一些主要区别：

- 目前还未研制出抑制 COVID-19 的特效疫苗或治疗方案。每年研制一款新的流感病毒疫苗，以对抗最新的流感病毒株。
- COVID-19 的重症比例高于季节性流感。COVID-19 病例死亡率估算取决于多重因素，但平均每 100 名感染患者约有 3 - 4 人死亡。相比之下，每 1000 名感染季节性流感的患者仅有约 1 人死亡。
- 鉴于 COVID-19 可能引发重大疾病，因此杜绝传播至关重要，即要求出现咳嗽或发烧症状的人们居家隔离并远离人群。

有预防 COVID-19 的疫苗吗? (Are there vaccines to prevent COVID-19?)

- 目前还没有。当前，许多研究正在开发疫苗，但可能需要一段时间才能开发出疫苗并在加拿大获得批准使用。

如何保护自己和家人远离 COVID-19? (How can I protect myself and my family from COVID-19?)

- 请与他人保持适当的[身体距离](#)。如果前往公共场所且难以始终保持 2 米的身体距离，请佩戴口罩。除采取其它公共卫生措施抑制传播以外，还应佩戴[口罩](#)。
- 遵照我们有关预防所有呼吸道疾病的做法：
 - 使用酒精消毒剂，或者肥皂和温水[清洗双手](#)至少 20 秒钟。
 - 请勿用未清洗过的手触摸面部或口鼻。
 - 避免与患者密切接触。
 - 清洁和消毒经常接触的物体表面。
- 一旦生病，应居家隔离并使用 COVID-19 在线评估工具进行评估，确定是否需要接受检测。

我应该什么时候去医院? (When should I go to the hospital?)

- 如果您病情严重，需要立即就医，请拨打 911。
- 如果您不需要紧急就医，但您认为自己可能患有 COVID-19，您可以致电自己的医生或拨打 811 进行虚拟健康评估和转诊。

阿尔伯塔省 COVID-19 检测 (COVID-19 TESTING IN ALBERTA)

我应该接受 COVID-19 检测吗? (Should I be tested for COVID-19?)

- 现在，全体阿尔伯塔省市民均可接受 COVID-19 检测，即使未出现症状也不例外。
- 完成在线评估，立即[在线预订检测](#)。

等待 COVID-19 检测结果期间，哪些情况需要依法隔离，哪些情况不必隔离？ (When am I legally required to isolate and when do I not have to isolate while waiting for my COVID-19 test results?)

- COVID-19 检测旨在检测鼻腔或咽喉中是否存在病毒。请务必了解等待检测结果期间的注意事项，以及 COVID-19 检测结果呈阳性或阴性的含义：
- 在以下情况下，您需要依法隔离：
 - 您的 COVID-19 检测结果呈阳性；
 - 您出现咳嗽、发热、呼吸短促、流鼻涕或喉咙痛，且这些症状与您的既往疾病或健康状况无关；
 - 过去 14 天内接触过确诊感染 COVID-19 的患者；或者
 - 过去 14 天内前往加拿大境外旅行。
- 即使未强制依法隔离，一旦生病，仍需居家隔离，直至症状消失。
- 有关详细信息，请参见[自我隔离指南](#)。
- 以下情况不必隔离：
 - 未表现出任何患病症状，而且过去 14 天内未接触过 COVID-19 确诊患者，也未前往加拿大境外旅行；
 - 正在等待检测结果，接受检测时未表现出任何患病症状，目前也未出现任何患病症状；
 - 存在与既往疾病或健康状况有关的患病症状，但未出现新症状；COVID-19 检测结果呈阴性，无任何患病症状，也未接触过 COVID-19 患者；
 - 您的 COVID-19 检测结果呈阴性，且出现咳嗽、发热、呼吸短促、流鼻涕或喉咙痛，且这些症状与您的既往疾病或健康状况有关。

我的 COVID-19 检测结果呈阳性。我该怎么办？ (I just received a positive COVID-19 test result. What do I do?)

- 如果当前/过去出现症状且 COVID-19 检测结果呈阳性，则自开始出现症状之日起依法隔离 10 天或直至症状消失为止（以时间较长者为准）。
- 如果尚未表现出任何症状但检测结果呈阳性，则自检测之日起依法隔离 10 天；如果在 10 天隔离期内出现症状，将对隔离时间做出调整。公共卫生部门将对您做出指示。
 - [隔离](#)可降低将病毒传播给他人的机会，进而帮助防止 COVID-19 扩散。
 - 您必须居家隔离 - 除非需要医疗救助，否则绝不能离家、外出工作、上学、参加社交活动或其他任何公众集会：
 - 如果您病情严重，需要立即就医，请拨打 911。告知他们您患有 COVID-19。
 - 如果不需要紧急医疗救助，则可致电初级医疗保健机构或 811 进行虚拟健康评估。
 - 避免与他人（包括家庭成员，特别是老人、慢性病患者或免疫系统受损人群）密切接触。
 - 经常和彻底洗手，咳嗽和打喷嚏时遮住口鼻，避免与他人共用生活用品，清洗并消毒时常接触的共用表面。
 - 公共卫生部门将与您联系，提供信息和说明。

我的 COVID-19 检测结果呈阴性。我该怎么办？ (I just received a negative COVID-19 test result. What do I do?)

- 如果未表现出患病症状，而且过去 14 天内未接触过 COVID-19 确诊患者，也未前往加拿大境外旅行，则不需要隔离。持续保持良好的呼吸礼仪和良好的洗手习惯，严格践行[身体距离规定](#)。

- 如果检测结果呈阴性，但接触过 COVID-19 检测结果呈阳性的患者或曾前往加拿大境外旅行，则必须隔离 14 天整，隔离日期自上次接触阳性患者或从境外返回加拿大之日开始计算。
- 请记住：检测结果仅反映接受检测时的状态。它无法显示过去是否感染过 COVID-19，也无法预测未来是否会感染 COVID-19。即使检测结果呈阴性，仍需继续践行所有公共卫生措施，如保持身体距离和洗手习惯。
- 如果出现新的症状，请居家隔离并在线接受 COVID-19 自我评估，或者拨打健康热线 811 寻求进一步的建议。

无症状阿尔伯塔省市民接受检测的意义是什么？(What does the testing of asymptomatic Albertans reveal?)

- 检测仅可确定接受检测时是否感染 COVID-19，即使未表现出任何症状。检测无法确切反映过去是否感染过 COVID-19，它也无法评估是否对 COVID-19 免疫。接受检测后，将在几天内通过电话告知结果。请注意，凡检测时未表现出症状但 COVID-19 检测结果呈阳性的市民，应在接受拭子检测后依法隔离 10 天。如与检测结果呈阳性的患者存在密切接触，同样必须自我隔离。AHS 将开展公共卫生随访，对所有病例及其密切接触者进行跟踪。

如果我出现了相关症状并认为自己患上了 COVID-19 该怎么办？(What should I do if I have symptoms and think I have COVID-19?)

- 必须隔离。
- 访问 www.ahs.ca/covid，预约接受 COVID-19 检测。如果无法使用互联网，则拨打 [811](tel:811)，为希望接受检测的市民在线预约检测。
- 如未事先咨询过您的医生或拨打健康热线 (811)，请不要前往医院、医生办公室、实验室或医疗机构。
 - 如果您需要立即就医，请拨打 [911](tel:911)，告知他们您可能患有 COVID-19。
 - 如果您不需要紧急就医，您可以致电初级卫生保健提供者或拨打 [811](tel:811) 进行虚拟健康评估和转诊。

COVID-19 的检测标准有变化吗？(Did the criteria for COVID-19 testing change?)

AHS 将持续修订阿尔伯塔省检测标准，展现实验室检测能力提升情况，反映不断变化的 COVID-19 疫情形势。在接下来的几周和几个月内，随着大流行病不断演变，这些分类将继续变更。

- 自 5 月 29 日起，全体阿尔伯塔省市民均可接受 COVID-19 检测，无论是否表现出症状。检测采用预约模式，市民可以访问 www.ahs.ca/covid 轻松在线预订。如果无法使用互联网，则拨打 [811](tel:811)，为希望接受检测的市民在线预约检测。
- 这意味着阿尔伯塔省所有区域有症状和无症状的居民现在都有资格接受检测。
 - 市民可以继续使用为他们开发的专用[在线评估工具](#)进行评估。
- 请注意，任何人出现咳嗽、发热、呼吸短促、呼吸困难、流鼻涕或喉咙痛，且这些症状与既往疾病或健康状况无关，则按照法律规定，必须隔离。但是，凡需要接受 COVID-19 检测、有先存医疗状况需要急救护理或前往急诊治疗的市民，允许离家接受检测，但需要遵循隔离人员免责条款的相关[指导原则](#)。

AHS 为何改变检测标准？(Why did AHS change the testing criteria?)

- 这一扩大检测的举措，将有助于我们更清楚地了解公共卫生措施在控制 COVID-19 方面的成效。这些信息对于进一步指导阿尔伯塔省的复兴非常重要。
- 在接下来的几周和几个月内，这些分类将继续变更，以反映不断演变的大流行病。

如果我需要检测，我可以通过自动拨号系统接收结果吗？ (If I require testing, can I receive my results by autodialer?)

- 所有接受 COVID-19 检测的阿尔伯塔民众都可以选择通过电话自动拨号系统接收阴性 COVID-19 检测结果。接受 COVID-19 检测的个人可以在进行线上预约或被转诊进行检测时，同意通过自动拨号方法接收阴性 COVID-19 检测结果。
- AHS 公共卫生团队成员将与所有 COVID-19 检测呈阳性的个人联系，以进行随访和病例管理。如果检测结果呈阳性，AHS 绝不会通过自动信息做出回复。
- 如果同意通过自动拨号系统接收阴性结果，则当检测结果呈阴性时，将通过自动电话系统告知您。
- 如果自动拨号系统无法与您取得联系且未提供语音信箱，或者不同意通过自动拨号系统接收阴性结果，AHS 工作人员将尝试直接致电告知检测结果，确保您可以获悉阴性检测结果。
- 如果自首次尝试联系之日起 7 日内自动拨号系统始终无法与您取得联系，则可登录 [MyHealthRecords](#) 系统获取检测结果，也可以咨询家庭医生获取结果。
- 请注意：为获取检测结果，您需要删除手机的匿名呼叫阻止设置，以便接听自动拨号系统发出的呼叫。另外，等待检测结果期间，请确保能够接听匿名呼叫或陌生人号码来电。
- 最后，请注意，如果家中有数人接受测试且所有家庭成员均提供同一电话号码，AHS 工作人员将亲自致电告知结果，而不会通过自动拨号系统做出回复。

在确诊 COVID-19 病例后，AHS 的流程是什么？ (What is AHS' process following a confirmed case of COVID-19?)

- 在经实验室检测确认 COVID-19 病例后，AHS 公共卫生团队将与确诊者联系，并指导其进行隔离。公共卫生部门还会与患者合作，确定他们在出现症状后曾与谁接触。
- 然后，AHS 将直接与被认为接触过确诊病例的个人联系。这些人需要自我隔离并接受 COVID-19 检测。这被称为接触者追踪，是针对通过实验室检测确诊的每个 COVID-19 病例进行的。
- 仅那些由 AHS 直接联系的个人才会被视为病例接触者。如果 AHS 没有直接与您联系，则您不被视为接触者。
- 为保护患者隐私，不会提供关于已确诊的 COVID-19 患者的详细信息。
- 如果知道您接触过确诊的 COVID-19 病例，则 AHS 将直接与您联系。

个人防护装备 (PPE) (PERSONAL PROTECTIVE EQUIPMENT (PPE))

我担心自己会染上 COVID-19。在室外或公共场所中时，我是否应佩戴口罩？ (I am worried about catching COVID-19. Should I wear gloves when outside of my house or in public places?)

- 医用手套是对医护人员非常重要的个人防护装备 (PPE)。但一般市民在日常活动中，例如在杂货店购物时，不需要戴手套。
- 手套会给人造成一种错误的安全感。如果不正确地使用和处理手套，佩戴口罩可能会为病毒提供另一个生存表面，进而加剧病毒传播。
- 手套不能取代正确的手部清洗程序。
- 我们建议经常并充分[洗手](#)（用肥皂和水清洗 20 秒），或在没有肥皂和水的情况下，使用含酒精的洗手液清洁手部，以及咳嗽或打喷嚏时掩口。无论是否戴着手套，都要避免触摸面部和口鼻。这些依然是预防呼吸道疾病传播的最佳循证方法。
- 如果您选择佩戴口罩，则必须遵循以下正确使用方式：
 - 在戴手套前和脱下手套后都应洗手和/或消毒。
 - 如发现手套脏污或破损，应更换。
 - 如果您在佩戴口罩后，用手触摸了面部（如眼、口、鼻），或在咳嗽或打喷嚏时用手遮挡，则应更换手套。

- 一次性手套用后应扔掉，脱下后请勿再次使用。
- 可重复使用的手套每次使用后必须清洗和消毒。

我担心自己会染上 COVID-19。在室外或公共场所时，我是否应佩戴口罩？(I am worried about catching COVID-19. Should I wear a mask if I have to leave my house or when in public?)

- 阿尔伯塔省鼓励在公共场所难以始终保持 2 米的身体距离的个人佩戴口罩。
- 事实证明，佩戴非医用口罩（如自制布口罩）不会保护佩戴者。
- 但佩戴口罩可能有助于保护您周围的其他人。
- 这是因为面部遮盖物同样可以遮盖口鼻，从而防止呼吸道飞沫污染他人或物体表面。
- 此外，佩戴口罩还可阻止您触摸自己的口鼻。

如果您选择佩戴医用口罩或面罩：

- 确保口罩严丝合缝，侧面无缝隙。
- 请注意，口罩外侧可能会被污染。避免移动或调整口罩。假设口罩已被污染，并采取适当的预防措施。
- 如果您佩戴口罩，则在戴口罩之前，以及摘下口罩之前和之后，都必须洗手。
- 如果口罩变得潮湿，应及时更换或摘除，因为口罩受潮后可能会截留病毒颗粒。
- 如果您选择佩戴口罩，为安全起见，您最好随身携带一个装有几个干净口罩的袋子，以及一个可用来安全存放用过的口罩的塑料袋，直到您回到家中将其洗净。
- 请务必小心处理用过的口罩，以免感染他人。

经常彻底洗手、[与他人保持身体距离](#)、咳嗽或打喷嚏时掩口、避免触摸面部和口鼻，仍然是预防呼吸道疾病传播的最佳循证方法。

据我所知，阿尔伯塔省政府将向全体市民发放口罩。我可以在什么时间去哪里领取口罩？是否强制佩戴口罩？(I understand that the Government of Alberta will be handing out masks to all Albertans. Where and when can I get one? Is masking going to be mandatory?)

- 5 月 29 日，卫生部长 Tyler Shandro 宣布，通过全省 A&W、麦当劳和 Tim Hortons 汽车餐厅，免费面向阿尔伯塔省市民发放首轮 [2000 万个口罩](#)。另外，政府还将与市政当局、原住民社区、梅蒂斯垦殖地和地方机构合作，面向亟需群体发放口罩，包括乘坐公共交通出行的人群。另外，计划于 7 月中旬通过合作餐厅再发放一轮口罩。
- 该计划是[阿尔伯塔省复兴战略](#)的一部分，务必意识到，随着商业及其他活动重新开放，阿尔伯塔省市民可能会发现很难保持 2 米的身体距离。每一位阿尔伯塔省市民均可通过信誉系统领取一包（四个）口罩。
- 尽管并不强制佩戴口罩，但政府希望向阿尔伯塔省市民发放口罩，补充其口罩供给，帮助面向全社会推广佩戴口罩的理念。
- 另外，也可以致电 211 获取口罩。

个人或家人的 COVID-19 护理工作 (CARING FOR YOURSELF OR LOVED ONES WITH COVID-19)

我的家人已经或正在接受 COVID-19 检测，并且我们住在同一所房子里。我怎样才能既照顾他们又不被感染？(My loved one has or is being tested for COVID-19 and we live in the same house. How can I take care of them and not get sick myself?)

- 如果可以, 请尽量确保患者使用指定的卧室和浴室。
- 尽可能与患者保持一定的身体距离。
- 家中拒绝访客。
- 禁止患者为他人准备食物, 并确保患者使用单独的食物准备区, 或至少在不同的时间准备食物, 并在之后清洗所有表面。
- 避免共用盘子、水杯、酒杯、餐具、毛巾和枕头等家居用品。
- 经常用肥皂和温水洗手。
- 经常清洁所有物体表面, 特别是扶手、门把手、水龙头、厕所和其他经常接触的物品。
- 建议您的家人在咳嗽和打喷嚏时用胳膊而不是手遮住口鼻, 并时刻保持良好的呼吸礼仪。
- 监测自己的健康状况, 如果您出现症状, 请拨打健康热线 811 或致电您的医生进行评估并获取建议。您也可以在线预约检测。

隔离是什么意思? (What does isolation mean?)

隔离意味着避免发生可能感染他人的情况。这包括所有您可能与他人接触的情况, 如社交聚会、工作、学校、儿童看护、体育赛事、大学、宗教聚会、医疗机构、杂货店、餐馆、购物中心和所有公共聚会。

- 您应该避免乘坐公共交通工具, 包括公交车、出租车或拼车。
- 您应尽可能少与人接触。
- 您家中应谢绝访客, 但可允许朋友、家人或外卖骑手将食物送至门口。
- 您也可以使用送货上门或取件服务, 例如去杂货店购物等跑腿服务。
- 不要与家庭成员共用盘子、水杯、酒杯、餐具、毛巾、枕头或其他物品。使用这些物品后, 您应该用肥皂和水彻底清洗, 放入洗碗机中清洁, 或在洗衣机中清洗。
- 经常用肥皂和水洗手, 并定期清洁和消毒经常接触和共用的物体表面, 例如门把手和柜台。
- 如果您需要离家去处理紧急的事情, 例如去取重要的药物, 您应在外出时佩戴口罩以降低传播风险。
- 在此期间, 您需要监测自己的健康状况并注意是否有发烧或咳嗽等症状。
- 如果您确实出现了相关症状, 可以通过在线评估工具获得额外建议, 或拨打 Health Link 811。

我没有任何症状, 但 COVID-19 让我感到忧虑, 我想找人谈谈。我可以拨打 Health Link 吗? (I am not having symptoms, but I'm concerned about COVID-19 and want to talk to someone. Should I call Health Link?)

如果您还有其他一般性问题, 例如 COVID-19 是什么, 它是如何传播的, 或者目前阿尔伯塔省和全球有多少病例, 请访问以下网站。如果您有其他关于如何保护您自己和家人不受 COVID-19 感染的问题, 可以拨打 Health Link 811。

- 阿尔伯塔省卫生服务局 (Alberta Health): alberta.ca/covid19
- 加拿大公共卫生局 (Public Health Agency of Canada): canada.ca
- 世界卫生组织 (World Health Organization): who.int

阿尔伯塔省复苏战略 (ALBERTA'S RELAUNCH STRATEGY)

集会面临哪些限制? (What restrictions remain in place when gathering in groups?)

阿尔伯塔省于 6 月 12 日启动复苏战略, 目前处在**第二阶段**。在复苏战略的**第二阶段**, 阿尔伯塔省市民可以开展更多室内和室外活动, 同时还要遵守公共卫生部门颁布的集会规模和身体距离法令。

在第二阶段，[将采取以下措施持续保护阿尔伯塔省市民健康并限制 COVID-19 传播](#)：

- 室内联谊会人数上限为 50 人，包括婚礼、葬礼和生日聚会。
- 室外活动和室内观摩/观赏活动人数上限为 100 人，包括结婚典礼、殡仪服务、电影院、文化艺术表演及其他提供固定座位的活动。
- 如果妥善采取公共卫生措施，则礼拜、餐厅、咖啡厅、休息室、酒吧及赌场和宾果游戏厅不设人数限制。
- 家庭之间可以通过聚会增进密切往来，但聚会人数不得超过 15 人。
- 更多信息请访问：Alberta.ca/covid19

哪些经营领域已获得重新开放许可？(What businesses have been permitted to re-launch?)

第二阶段将进一步重新开放经营和服务，同时务必保持身体距离并严格践行公共卫生指南。这些包括：

- [中小学及学前教育学校](#)，严格按照指南接受文凭考试及开展暑期课程
- 图书馆
- [更多类型的外科手术](#)
- 健康服务，如按摩、针灸和足底按摩
- 个性化服务（美容、皮肤和身体妆容护理、美甲、足部保养、脱毛、面部护理、人工晒黑）
- 电影院和剧院
- 社区会堂
- 团体运动
- 室内娱乐、健身和运动，包括健身房和竞技场所
- 休闲泳池
- 餐厅和酒吧 VLT
- 宾果游戏厅和赌场，不含桌面游戏
- 乐器演奏音乐会
- 省级露营地全面开放

阿尔伯塔省复苏战略[第一阶段](#)已于 5 月 14 日启动，但卡尔加里和布鲁克斯略显滞后，6 月 1 日起逐步加入复苏行列，与阿尔伯塔省的其他地区一起开展第一阶段的复苏工作。阿尔伯塔省复苏战略第一阶段要求加强预防工作力度和控制措施，助力部分企业恢复正常运转，包括：

- 零售业务，包括服装、家具和书店
- 农贸市场摊贩
- 发型设计工作室和理发店
- 咖啡厅、餐厅、酒馆和酒吧重新开放餐桌服务，服务能力恢复 50%
- 博物馆和美术馆
- 日托和校外看护，需遵循人数限制
- 部分排期非紧急手术逐步恢复

有关阿尔伯塔省复苏战略的详细信息，请参见：<https://www.alberta.ca/alberta-relaunch-strategy.aspx>

即使进入第二阶段，哪些类型的集会仍然无法获得批准？(What types of gatherings are still not approved in stage two?)

- 超出上文规定限制的社交聚会
- 2020 年 9 月可能恢复幼儿园及中小学的常规学校课程
- 演唱会（因为唱歌会引发较高的传播风险）
- 重大节日和音乐会、大型会议、贸易展览和活动（因为此类社会活动和/或演唱会不会安排固定座位）
- 夜总会
- 游乐园
- 室内儿童游乐场
- 水烟休息室（仅允许享用食品和饮料）
- 重大体育赛事及锦标赛
- 建议取消[非必要出省旅行](#)

在阿尔伯塔省推进复苏战略期间，阿尔伯塔省政府需注意哪些问题？(What will the Alberta Government be watching for as we move forward with the relaunch strategy in Alberta?)

- 为妥善推行复苏战略，需密切监控医疗保健系统，在此期间应仔细留意 COVID-19 住院率和 ICU 占用率。[持续监控确诊病例和新增感染率](#)，通知本省的局部地区积极采取应对措施。如有必要，将同步做出省级和地方级决议。尽管全省限制逐渐放宽，但疫情爆发可能意味着需要临时加强地方限制措施。
- 在复苏的各个阶段，必须仍继续遵循健康建议，包括勤洗手、生病期间居家隔离及保持身体距离。

AHS 的运营计划 (AHS' OPERATIONS)

AHS 已开始恢复正常运营，还是正在进行排期手术、操作程序、检查和预约？(Has AHS begun to resume normal operations or performing scheduled surgeries, procedures, exams and appointments?)

- 为全力应对 COVID-19 疫情，AHS 已推迟阿尔伯塔省所有已排期的非紧急手术活动。5 月 4 日，AHS 恢复已排期的非紧急日间手术和操作程序，包括白内障、妇科手术、普通日间手术、鼻部整形、再造整形及血管和泌尿外科手术。与此同时，AHS 和 Covenant Health 也于 5 月 11 日这周恢复部分门诊护理和影像诊断 (DI) 服务。5 月 22 日，阿尔伯塔省政府公布了 [AHS](#) 计划，扩大手术恢复范围，纳入日间手术及需要过夜和短暂停留的手术。

AHS 如何确定将进行哪些手术、操作程序、检查和预约? (How will AHS decide which surgeries, procedures, exams and appointments will proceed?)

- AHS 一方面继续平衡患者与护理人员的人身安全, 一方面陆续恢复等待护理的阿尔伯塔省市民健康服务。根据临床需求决定需要提供的服务, 最先安排需求最迫切及等待时间最长的服务。各区域独立做出相关决定, 同时以省内不同地区的疫情应对举措为指导。AHS 将直接与患者联系, 重新安排手术。

前往 AHS 设施探视家人 (VISITING LOVED ONES AT AN AHS FACILITY)

可不可以前往急诊中心或急诊室探视家人? (Can I go with a loved one to Urgent Care or to the Emergency Department?)

- 是的。门诊(包括急诊室/急诊中心)治疗期间, 患者可指定一名家庭成员/陪护人员陪同治疗。所有陪护人员必须年满 14 周岁, 才能前往成人诊所陪同治疗。如果前往阿尔伯塔省儿童医院或 Stollery 儿童医院陪同, 则指定家庭成员/陪护人员必须年满 18 周岁或以上。

我可以拜访住院的亲人吗 (Can I visit a loved one in hospital?)

- 如果病房空间足够保持身体距离, 则容许住院患者指定两位家庭成员/陪护人员陪同治疗。请注意以下几种例外情况:
 - **产妇和产后:** 根据病例具体情况咨询科室主任/护士长, 除指定两名家庭成员/陪护人员以外, 还允许指定其他陪护人员(例如, 代理父母或产妇陪护)。产科病房的指定家庭成员/陪护人员必须年满 14 周岁或以上。
 - **儿科:** 父母双方可以作为指定家庭成员/陪护人员。未满 18 周岁的儿童在任何时候都不得探视。
 - **残疾成人:** 根据病例具体情况咨询科室主任, 除指定两名家庭成员/陪护人员以外, 还允许指定其他陪护人员。
 - **临终探视:** 如果病房空间足够保持身体距离, 则一次可以进入两名指定家庭成员/陪护人员。主治医生在咨询科室主任/护士长后, 可决定该患者的状况是否被视为**临终**。
- 有关探视的详细信息, 请访问: <https://www.albertahealthservices.ca/topics/Page17001.aspx>

我是否可以拜访长期护理、支持性生活或公共生活设施? (Can I visit a resident in long term care, supportive living or congregate living?)

- 一旦接触 COVID-19 病毒, 此类病房收治的患者感染风险较高, 因此必须采取严格限制措施。
- 病房允许一名指定必要陪同人员满足基本护理需求或提高生活质量。
- 如果采取各项预防措施(包括保持身体距离, 所有探视者按要求佩戴口罩或面罩), 则允许非隔离市民进行室外探视。
- 有关详细信息, 请参见[“家人陪护及患者和市民探视”](#)。

旅行: (TRAVEL:)

如果从加拿大境外返回阿尔伯塔省，该怎么办？ (What do I do if I am returning to Alberta from outside of Canada?)

根据《[检疫法](#)》，加拿大政府要求返回加拿大的旅行者强制隔离 14 天。

- 所有过去 14 天从加拿大境外返回阿尔伯塔省的旅行人员，都需要自返回之日起立即[自我隔离](#) 14 天并监测[症状](#)。如果您是因为最近从国外回来或是与确诊 COVID-19 患者有密切接触而进行隔离，您必须待在自己的住处。
- 同时，还要在保障安全的情况下安排接受 COVID-19 检测。
- 除非在保障安全的情况下安排接受检测或需要紧急医疗救助，否则在 14 天自我隔离期内不得离开住所。
 - 如果您出现的症状需要立即就医，请拨打 911，告知他们您可能患有 COVID-19。
 - 如果您出现的症状无需紧急就医，您可以致电初级卫生保健提供者或拨打 811 进行虚拟健康评估和转诊。

有关详细信息，请访问：<https://www.alberta.ca/covid-19-travel-advice.aspx>

我可以出省旅行吗？ (Am I allowed to travel outside the province?)

- 允许本着负责任的态度在阿尔伯塔省内旅行，包括度假屋、小木屋、村舍、酒店和商业住宿、露营地、国家级和省级公园。身体距离和集会限制仍然适用。
- 建议取消非必要出省旅行。[加拿大/美国边境](#)将继续禁止非必要旅行。有关当前旅行限制的详细信息，请访问：<https://www.canada.ca/en/public-health/services/diseases/2019-novel-coronavirus-infection/latest-travel-health-advice.html>

COVID-19 应用程序 (COVID-19 APP)

有没有应用程序可以查询是否接触过 COVID-19 病毒？ (Is there an app that can let me know if I've been exposed to COVID-19?)

- ABTraceTogether 是一款移动跟踪应用，用于帮助确定您是否接触过 COVID-19 病毒，或者是否将 COVID-19 病毒传播给他人。ABTraceTogether 通过手机蓝牙保存与您密切接触的其他应用程序用户的匿名日志。有关详细信息，请访问：<https://www.alberta.ca/ab-trace-together.aspx>