

## 我有症狀，還沒有確診該怎麼辦？

現在本土疫情大爆發，不少人出現疑似症狀，但卻沒有辦法立即就醫或是篩檢，出門又怕讓真的傳染給別人或是自己被感染。可以遵照以下的方式，先暫時以居家隔離的標準跟家人分開，同時觀察自己的症狀。

### **居家隔離：**

一人一室，盡量與家人使用不同的衛浴設備，不要離開房間。

避免跟其他同住者接觸，特別是長者、幼兒，或是免疫力低下的同住家人。

不要與家人共餐，使用不同餐具。

### **注意衛生：**

務必佩戴口罩。

注意手部衛生，使用肥皂跟水洗手。使用稀釋漂白水清潔會碰觸的用品。

台北醫學大學附設醫院感染科主任李垣樟則表示，其實得到新冠肺炎也不需要緊張，「有 80% 都會是無症狀或是輕症，通常輕症者可以在 2 週內症狀自行緩解，就像感冒一樣。」

### **日常作息：**

多休息、多喝水，補充水分避免脫水。盡量不要熬夜、勞累。

### **觀察症狀：**

每天量體溫。

記錄自己每天的症狀，如果有越來越多的趨勢要特別小心。

記錄自己每天的症狀，如呼吸越來越不順，像爬樓梯或動一下就累、就喘，就要特別注意。

## **什麼時候要就醫：**

發燒超過 3 天請聯繫 119、各地衛生局、1922，務必儘早就醫。

出現呼吸急促、胸悶、呼吸困難、意識不清、皮膚或指甲發青等症狀，請聯繫 119、各地衛生局、1922，務必儘早就醫。

禁止搭乘大眾交通工具就醫，請配合 1922、衛生局安排就醫。