我是輕症者,該怎麼辦?

如果是已經確診的輕症者,通常會先在醫院經過 10 天的治療才返家,所以不太需要擔心,但李垣樟表示,還是有很小的機率會在幾天後「輕症變成重症」,所以要特別注意變成重症的徵兆。「如果有血氧監測機的話,建議可以使用血氧監測機來監測血氧,正常血氧是 100%,如果掉到 93~94%,就是嚴重肺炎的狀況,必須馬上就醫。」

另外, 新冠肺炎也會攻擊腎臟、神經等器官組織, 所以輕症者只要出現「新的症狀」, 都不能掉以輕心, 很可能是重症的徵兆, 建議還是要通報, 並盡快就醫。

在家中情況:

比照上述居家隔離的作法, 注意衛生。

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。

轉重症徵兆:請聯繫 119、各地衛生局、1922、務必儘早就醫。

發燒(體溫大於攝氏 37.5)超過 3 天。

血氧監測低於 93~94% 以下。

出現肺部病變徵兆. 如胸悶、胸痛、喘、呼吸困難. 臨床表現可能是爬樓梯覺得累、覺得喘. 特

別容易疲倦、想睡、睡不好、睡不飽等。

出現臉色蒼白、皮膚或指甲發青,也是缺氧徵兆。

出現血尿、泡泡尿等腎臟症狀, 或是任何新的症狀。

禁止搭乘大眾交通工具就醫, 請配合 1922、衛生局安排就醫。