

慢性病和COVID-19須知

任何人都能被感染COVID-19,但風險會隨著年齡的增長而增加。如果您患有以下疾病,則也有較高的重症風險:

- 哮喘或肺部疾病
- 心臟病
- 腎病
- 肝病
- 糖尿病
- 嚴重肥胖
- 薄弱免疫系統

如何在COVID-19疫情期間管理慢性病

- 遵醫囑,按時服用處方藥(如果無法前往藥房或診所,請要求獲取更多處方藥)
- 如果您患有高血壓,請花點時間測量血壓;如果您患有糖尿病,請花點時間測量血糖
- 通過面談或遠程醫療繼續保持與您的醫生預約,並遵循他們建議的任何實驗室或放射科測試要求
- 選擇更健康的方式來幫助改善您的慢性病(比如:戒菸、加強體育鍛煉以及吃營養餐和零食)

如何保護自己



用肥皂和水
洗手20秒鐘



保持您與他人之間
至少6英尺的社交
距離



對經常接觸的表面
進行清潔和消毒



不要用未洗的手觸
摸眼睛、鼻子和嘴
巴。



盡可能留在家中,
在公共場所戴上
面罩

如需更多相關資訊,請訪問
[AustinTexas.gov/covid19](https://www.austintexas.gov/covid19)



APH Austin
Public Health
PREVENT. PROMOTE. PROTECT.

2020年7月21日