

新墨西哥州新型冠状病毒更新和指南（2020 年 3 月 2 日）

此更新由新墨西哥州卫生局（DOH）提供，涉及新型冠状病毒（COVID-19）的全球疫情。

由于已在全球许多国家发生 COVID-19 的**社区传播**，现在也包括加州、俄勒冈州和华盛顿州，所以新墨西哥州也很可能发生 COVID-19 的社区传播。迄今为止，尚未在新墨西哥州诊断出 COVID-19 病例，但是这种情况可能会改变。

尚未完全了解 COVID-19 的完整**临床情况**，但发烧、咳嗽和呼吸急促是主要症状。大多数疾病是轻度的，不需要住院。老年人和患有某些慢性病的人更容易患重病。

DOH 正在与**本州的医疗保健提供者合作**，以识别处于 COVID-19 风险中的患者，提供检测并管理感染控制程序，以最大程度降低已感染患者的潜在病毒传播。**现在可以通过** DOH 州科学实验室（SLD）进行检测，如果满足患者检测标准，则可以在本州的任何地方收集喉咙和鼻拭子，并在 SLD 进行检测。

DOH 已审查了**流行病防备计划**，并已根据 COVID-19 进行了改编。我们正与**新墨西哥州的许多其他人**合作预测未来和采取措施，以防新墨西哥州出现社区传播时，准备好监控和照护 COVID-19 患者。

如果新墨西哥州出现**广泛的社区传播**，那么我们将考虑关闭学校一段时间、取消聚众活动，并鼓励雇主尽可能允许远程办公。将采取这些措施以最大程度地减少 COVID-19 在新墨西哥州的传播。

每个人在减少呼吸道病毒的传播中都可以发挥作用，而执行以下步骤将有帮助：

- 生病时留在家里，并限制与其他人的密切接触，除了所需的医疗服务。
- 咳嗽和打喷嚏时捂住嘴，以减少传染性飞沫的传播，并经常用肥皂和水洗手至少 20 秒，或使用含 60% 至 95% 酒精的酒精类洗手液清洁双手。
- 每天使用常规的家用清洁剂清洁“高频接触”表面。
- 避免共用个人家居用品。
- 即使您没有生病，当处于可能有其他病人的地方时请仍频繁洗手，并避免用未清洗的手触碰眼睛、鼻子和嘴。

我们不建议使用**口罩**来防止感染呼吸道病毒，除非您的医疗保健提供者特别建议这样做。有呼吸道症状的人戴口罩来限制传染性飞沫的传播才是最有效的。

请访问**新墨西哥州 DOH 网站**，以了解有关新墨西哥州 COVID-19 的最新信息

<https://cv.nmhealth.org/>