

健康检测

翻译：贾雯婷、蒋慧莲 / 校对：贾雯婷

*原文链接：<https://news.northeastern.edu/coronavirus/monitoring-your-health/>

**注意：本文来源基于东北大学新型冠状病毒对策。请访问<https://news.northeastern.edu/coronavirus/>获取更多最新资讯。

关于新型冠状病毒，你需要了解其症状以及保持健康的资源。

1：冠状病毒是什么，COVID-19是什么？

冠状病毒是可能导致动物或人类患病的一大类病毒。在人类中已知的几种冠状病毒会引起从普通感冒程度到更严重疾病的呼吸道感染，例如中东呼吸综合症（MERS）和严重急性呼吸综合症（SARS）。

最新发现的冠状病毒引起了新型冠状病毒（COVID-19）。

2：COVID-19的症状是什么？

新型冠状病毒感染者通常会出现呼吸道症状，例如发烧、咳嗽和呼吸急促（[关于新型冠状病毒](#)）。

3：COVID-19如何传播？

这是一种呼吸道病毒，主要通过接触的方式传播，例如咳嗽或打喷嚏。做好呼吸系统防护至关重要。比如：打喷嚏或咳嗽时用肘部或纸巾遮挡，并将纸巾立即丢弃到密闭的垃圾桶中。经常用肥皂和水洗手或使用含酒精的干洗手液对人们也至关重要。

尽管初步信息表明COVID-19病毒可能存活几个小时，但仍然不确定该病毒在物体表面的确切存活时间。消毒剂可以杀死病毒，使人免受感染。

4：我该如何降低感染机率？

做好呼吸系统防护；使用肥皂和水洗手至少20秒；勤用含酒精的干洗手液；避免触摸面部，包括鼻子和嘴；远离被感染者，并在咳嗽时用纸巾遮挡；经常消毒常用物品表面。

不与人分享饮水杯、水瓶、器皿、化妆品、牙刷、电子烟或其他吸烟设备、盒装食物、手抓食物等可能携带病毒的物品。

5：发现朋友或同学有呼吸道症状我该怎么办？

请注意打喷嚏和咳嗽症状与COVID-19有关的可能性极低。有这些症状的人更有可能是普通感冒或流感。如果你发现东北大学的学生或朋友已经接到了COVID-19的阳性诊断，则应采取以下措施：

- 根据《美国残障人士法》的要求，保护该人的隐私和匿名性；
- 除非公共卫生官方指示，否则不可透露该信息；
- 如果有学生上课时需要特殊安排或照顾，请推荐他们联系WeCare：

wecare@northeastern.edu；



这是疾病控制中心实验室检测导致严重急性呼吸综合冠状病毒2（SARS-CoV-2）COVID-19的试剂盒图片。图片由CDC（疾病预防控制中心）提供。

- 请引导学生访问相应的UHCS（校园健康和心理健康咨询服务（中心））COVID-19医院页面，以获取医学和心理健康咨询信息：
 - [适用于Northeastern（东北大学）所有学生的COVID-19（新冠）资源](#)
 - [适用于在马塞诸塞州学生的COVID-19（新冠）资源和信息](#)

6：隔离与隔离观察之间的区别是什么？

CDC（疾病预防控制中心）是这样定义的：

- “隔离”是将患有传染性疾病的病人与未患病的人分开；
- “隔离观察”是将接触了传染病患者的人分开并限制他们的活动空间范围，以观察他们是否生病。

我校目前没有COVID-19确诊病例。

7：对于没有进行报告和自我隔离的人，学校怎么办？

学校告诫任何有出国旅行的人自行观测健康状况，如果他们从CDC（疾病预防控制中心）3级国家或地区返回，则需要进行14天的自我隔离。我们校区所有成员的自愿合作对于预防疾病传播以及保护校园健康、安全至关重要。

8：如果我感觉焦虑不安该怎么办？

如果焦虑或者过度恐惧使你不知所措，学校可提供24/7（每周7天，每天24小时）心理健康咨询，可以拨打Find@Northeastern：8772339477（美国），+1 7814577777（国际）。

9：如果我觉得身体不适该怎么办？

如果你COVID-19（新冠）测试结果为阳性，或者认为接触到了阳性患者，则应该遵循医生和当地公共健康部门的指导，进行治疗和居家隔离。详情请参考[CDC（疾病预防控制中心）指南](#)中关于照顾自己或患者的部分。请注意学校不会将任何人的身份和健康状况透露给任何人。

学生可以在UHCS（校园健康和咨询服务中心）COVID-19（新冠）信息页面上找到有关医疗和心理健康服务的最新信息：

- [适用于Northeastern（东北大学）所有学生的COVID-19（新冠）资源](#)
- [适用于在马塞诸塞州学生的COVID-19（新冠）资源和信息](#)

如果你没有保健医生（注：即自己选的固定医生，有病先找这个医生看，有关健康方面的问题，先问这个医生），则可以在工作时间内找UHCS（校园健康和咨询服务）护士医生（nurse practitioner）谈你的病情。[UHCS网站](#)有更详细的信息。

波士顿校园

请注意：波士顿的几家医院要求症状较轻的病人在去急诊室之前电话联系你的保健医生（如果有的话）。如果你决定去急诊室，请提前打电话并按照他们的指示，戴上口罩，不要在等待室等候。

波士顿地区急诊室/部门电话：

- Beth Israel Deaconess Medical Center (BIDMC, Beth Israel Deaconess医疗中心) : 617.754.2400
- Boston Children's Hospital (波士顿儿童医院) (21岁及以下的病患) : 617.414.4075
- Brigham and Women's Hospital (白翰妇女医院) : 617.732.5636
- Massachusetts General Hospital (马塞诸塞州总医院) : 617.724.4100
- Tufts Medical Center (塔夫茨医疗中心) : 617.636.5566

马塞诸塞州流行病办公室电话 : 617.983.6800

- 在正常工作时间会有一位流行病专家值班, 该专家会回答有关病例调查和控制措施的问题。晚上和周末则只处理紧急情况。

合作医疗机构已为患者和公众建立了一个冠状病毒热线, 以回答COVID-19 (新冠) 有关问题 : 617.724.7000 (每周7天, 每天上午8点至下午8点)。该热线的服务由来自合作单位的医护承担, 作为合作医疗系统中病人的可使用资源。

如果有任何紧急问题, 校内学生可以在[工作时间](#)电话联系NUPD (东北大学校警) 617.373.2121, 或University Health and Counseling Services (UHCS, 校园健康和咨询服务中心) : 617.373.2772, 拨通选择#2.

西雅图校园

- 我们鼓励东北大学的学生、教师和教职员工电话联系当地的全科医生
 - 金县新型冠状病毒呼叫中心 :
 - 1-206-477-3977 (太平洋时区每天上午8点至晚上7点)
 - 有关COVID-19 (新冠) 的一般问题, 请致电华盛顿州新型冠状病毒呼叫中心
 - 1-800-525-0127

旧金山/圣何塞校园

- 我们鼓励东北大学的学生和教职员工在寻求医疗服务之前先电话请教其医疗服务提供者（即你的保健医生，your primary care provider/doctor）或当地公共卫生部门
- 圣克拉拉县：2-1-1或短信211211
- 旧金山有个电话服务中心，是为没有保健医生、可能患有COVID-19并且希望接受检查的人设立的。在旧金山内的人可以拨打3-1-1，旧金山以外的人可以拨打415-701-2311。

夏洛特校园

- 我们鼓励NU学生教职员工电话请教当地全科医生：
 - 梅克伦堡设有信息热线
 - 1-866-462-3821（选择1与药剂师或护士通话）

不列颠哥伦比亚省（温哥华的东北大学成员）

- 我们鼓励NU学生、教师和教职员工电话联系：
 - 健康线：811
 - 当地全科医生

安大略省（多伦多的东北大学成员）

- 电话联系安大略省远程医疗：1-866-797-0000

英国伦敦（NCH的东北大学成员）

- 请电话联系NHS 111

10：NUSHP（东北大学学生医疗保险）报销COVID-19测试的费用吗？

报销。对于所有符合CDC测试指南并被全保的成员（包括校区地点内所有受NUSHP保险的学生）的COVID-19（新冠），诊断测试费用会被报销。最新的测试指南请参考[CDC（疾病预防控制中心）网站](https://www.cdc.gov/media/releases/2020/s110520-covid-19-testing.html)。

11：NUSHP（东北大学学生医疗保险）报销COVID-19疫苗的费用吗？

报销。当接种COVID-19（新冠）疫苗时，NUSHP（东北大学学生医疗保险）会报销疫苗的费用，并且免除你在医生就诊和急诊室花的治疗新冠病所必须的费用中的自费部分。

以下是协助解决COVID-19（新冠）问题服务的附加信息：

- **所有COVID-19信息相关查询专线（888-372-1970）**
- 所有成员均可免费使用的**24/7护士热线（888-247-2583）**，为轻度疾病患者或问题提供安全便捷的医疗咨询
- **随着新信息发布而定期更新的COVID-19网页：**
<https://home.bluecrossma.com/coronavirus> 请注意：网页上的信息适用于所有参保NUSHP（东北大学学生医疗保险）的学生，不仅限于在马塞诸塞州的学生。

12：校园内有COVID-19病例的话会告知我吗？

根据州和联邦隐私法，东北大学永远不会透露学校内个人的身份和健康状况。

下面是一些有关在美国通常如何进行测试和通知流程的重要信息：

- 医生可以为符合测试指导的患者订购COVID-19检测试剂；
- 州和地方公共卫生局对于处理COVID-19阳性病例有着严格的医疗措施；
- 患者的医生会向患者所在的当地公共卫生机构发出阳性检测结果警报，从而使得公共卫生部门调查每个病例；
- 此调查包括联系每个最近与被诊断者密切接触的人。

例如，在波士顿，[Boston Public Health Commission（BPHC，波士顿公共卫生委员会）](#)会联系每个测试呈阳性的人。BPHC（波士顿公共卫生委员会）会调查患者过去14天内的每次与人接触。公共卫生官员会进行“追踪”工作，他们会绘制患者近期联系人的网络图、确定密切接触者、联系被认为高风险的人，从而提供进一步的信息和指示。

美国内包括[加利福尼亚](#)、[北卡罗来纳州](#)和[华盛顿州](#)的基本条款非常相似。有关信息可通过下面链接进行了解：[英国](#)，[不列颠哥伦比亚省](#)，[安大略省](#)。