

# 2019 冠状病毒疾病 (COVID 19)

## 信息与建议

新型冠状病毒 COVID-19 是海华郡居民和美国国人及全球人民所关注的焦点。HCPSS 教职员努力不懈的吸收最新信息，并针对各种可能设想得到的情境做规划准备。对于社区健康问题，我们遵照海华郡卫生局、马里兰州卫生厅，和疾病控制与预防中心（Centers for Disease Control and Prevention，简称 CDC）等机构专家的指示。

HCPSS 积极监控现况，并将不断通过电邮、社交媒体，和学校系统官网与各位家长保持沟通。



海华郡卫生局已分享许多建议，以确保所有海华郡居民都能采取适当且有效的行动以维持健康，并避免所有人传人的病毒的扩散。CDC 也分享过这些注意事项，包括：

- 常用肥皂和水洗手，洗手时间至少20秒。如果没有肥皂和水，可以用含酒精的洗手液
- 避免用没洗的手碰眼睛、鼻子，和嘴
- 避免与生病的人有近距离接触
- 如果生病了，在家休息
- 咳嗽或打喷嚏时用面纸遮住口鼻，再把面纸丢进垃圾桶（或者朝你的袖子或手肘咳嗽 / 打喷嚏）
- 清洁和消毒常用物品和常碰触的表面

请见 [www.hcpss.org](http://www.hcpss.org) 获得完整信息与更新、常见问题回答，和额外的资源。您也可拨 410-313-5920 寻求语言支持。