

出门？出发前先了解新冠肺炎(COVID-19) 的风险

随着费尔法克斯(Fairfax) 社区开始重新开放，我们中的许多人都渴望出门，而且我们中有些人可能别无选择，只能出门。虽然毫无疑问，您在家中会更安全。随着 COVID-19 继续在费尔法克斯的人们之间传播，但您可以考虑采取一些和行动，以便在出门时可以尽可能安全。

要考虑的四件事

没有办法确保离家时的零风险。通常，您与他人的接触越紧密，接触时间越长，传播 COVID-19 的风险就越高。我们无法说出您可能希望参加的所有活动的风险，但是我们可以分享四个要考虑的重要事项：

1. 与您接触的人越多，获得 COVID-19 的风险就越大。即使某人没有生病，他们也可能患有 COVID-19。
2. 您与其他可能被感染的人越近，患病的风险就越大。室内空间比室外空间的风险更大，在室内空间，人们可能更难以疏远自己，并且通风较少。
3. 与可能被感染的人呆的时间长了，更会增加您被感染的风险。
4. 与没有戴着口罩的人在一起时间长了，会增加他们感染传播给您的风险。

询问正确的问题

尽管为每项活动提供特定的风险评估都是一个挑战，但在企业重新营业时，有适当的指导。在您执行差事，吃饭或进行锻炼时，您个人可以考虑一些事情。考虑一下您想做什么，并问自己一些关键问题，以帮助您做出最佳决定。

- *我的活动会使我与他人保持紧密接触吗？*
- *我是否有患严重疾病有较高风险，或者与我一起生活的人有较高风险？*
- *我需要去另一个社区旅行，要注意哪些旅行要求？*
- *我知道生病该怎么办吗？*

这些只是您应该考虑的问题的几个示例。如果您因患严重疾病有风险较高，则可能需要采取其他预防措施。请访问卫生部的“了解 COVID-19 风险”网页，以了解出门前要问的 10 个问题以及回答这些问题时要考虑的问题。

出门时要小心

除了使用这些问题来帮助您评估自己的风险外，您还应继续采取预防措施来保护自己和他人，例如：

- 戴口罩
- 彼此之间保持至少六英尺的距离（社交距离）
- 洗手并避免触摸脸部
- 外出时无法洗手使用洗手液，

- 掩盖咳嗽和打喷嚏
- 尽可能使用非接触式选择
- 一些预防措施的一种方法是外出时准备的工具包。包括口罩，洗手液和纸巾。

最后，如果您生病了，或者您与生病的人在六英尺内接触 15 分钟或更长时间, 那么至关重要的是，您必须待在家里并且远离他人。如果您生病了，或者与生病的人接触，请接受病毒测试。通过呆在家里，您可以防止将 COVID-19 传播给他人并帮助我们的社区安全。