

关于 COVID-19 隔离的 常见问题



为什么我要与其他患者和工作人员隔离？

引起 COVID-19 的病毒具有很强的传染性。为了保护其他患者和工作人员免受病毒的感染，患有或可能患有 COVID-19 的患者将尽可能与其他人隔离。由于这个原因，医院已禁止访客探视。

为什么工作人员要穿隔离衣、戴口罩、护目镜和其他装备？

为了保证每个人的安全，我们的工作人员必须保护自己，防止病毒感染其他患者。您看到我们工作人员穿戴的装备将有助于防止病毒传播。您的医疗保健提供者也可能会要求您在房间内佩戴口罩。如果您因为要去接受检查或手术而离开您的病房时，您将需要佩戴口罩、洁净的医院病号服和手套。

为什么我的医疗团队进入我的病房的频率比以往其他时间要少？

与您既往的经历相比，您的医疗保健提供者可能会减少进入您病房的次数，并缩短停留的时间。他们也可能通过致电您的病房（电话或手机）来查看您的情况。这是因为如果您的医疗保健提供者在隔离病房中待的时间越短，他们以及其他患者感染病毒的风险就越低。

我能做些什么来缓解我在隔离时候的各种情绪呢？

我们明白，被隔离后您可能会感到害怕。您可能会感到孤独、害怕、抑郁、焦虑或沮丧。以下是一些或许能帮到您的小贴士：

- **与您的家人和朋友保持联系。**虽然您可能无法和您的亲人待在一起，但您可以通过打电话、发短信和视频与他们聊天。计划每天与您的亲人或朋友通电话可能会带给您一些美好的期待，从而帮助缓解您的负面情绪。如果您觉得可以的话，也可以尝试视频聊天，同时与您的朋友和家人一起玩游戏。
- **尝试放松的技巧。**放松的技巧，如深呼吸、伸展和冥想可以帮助您管理压力。您可以通过访问 www.mskcc.org/meditation 来收听我们的综合医疗服务部门推出的免费冥想指导。您还可以在您的房间的交互式电视屏幕上的“我的学习”部分找到冥想、引导图像和其他放松技巧的视频。
- **暂时不要去观看新闻。**暂时不要收看或阅读新闻，包括社交媒体上的内容。您房间里的互动电视屏幕上有一个叫做“娱乐和放松”的类别，您可以在那里找到电影和放松的视频。
- **尝试做一些能够分散注意力的事情。**阅读、画画、玩填字游戏和单词搜索等活动可能有助于让您的大脑繁忙起来。如果您身边没有这些，您可以向您的医疗团队成员索要一些

我该如何获取免费口译服务？



拨打 1-844-398-6235

- 普通话请按 3
- 粤语请按 4



Memorial Sloan Kettering
Cancer Center