

癌症與冠狀病毒 (COVID-19)

有關癌症與 COVID-19 的資訊及支援服務

癌症協會 (Cancer Council) 了解到，正在接受癌症治療的澳洲人、癌症倖存者及其親友可能對最近爆發的冠狀病毒及其引起的疾病——COVID-19 懷有疑問。

癌症患者的免疫系統可能不如正常人那樣強，因此，您可能會擔心 COVID-19 所帶來的相關風險。

一般情況下，癌症患者應繼續遵循醫護人員所提的具體建議或標準預防措施，以盡量減少治療期間及治療之後的感染風險。

如需了解更多資訊，請瀏覽網站：cancer.org.au；如需進一步協助，請致電 Cancer Council (電話號碼：13 11 20)，以獲得癌症資訊及支援服務。

如出現症狀

您如果出現感染的症狀 (如發燒、咳嗽、喉嚨痛及氣促)；或曾與冠狀病毒檢查呈陽性的人士接觸，則請聯絡您的治療團隊。請盡量通過電話而不是親身求診的方式獲取建議，以降低您本人及他人暴露於病毒的風險。

如正在接受癌症治療

您如果目前正在接受治療，可使用以下實用的方法來限制接觸病毒的風險：

- 用肥皂和水洗手 20 秒；如果無法立即洗手，可使用酒精類搓手液。隨身攜帶搓手液是個好主意。進食或喝水之前必須洗手——這點尤為重要。
- 避免觸摸眼鼻口——因為這樣做可能會從物體表面傳播病毒，並增加感染的風險。
- 避免接觸那些患病或身體不適的人士，或曾接觸過病毒的人士，或近期曾去過高風險國家從而面臨較高風險的人士。
- 經常觸摸的物件和表面 (如桌子、凳子、電燈開關、門把手、水池、馬桶、遙控器、手機或餐檯) 要進行清潔消毒。戴手套 (盡量使用一次性的)。用肥皂和水清理明顯的殘渣。用 70% 酒精溶液或每公升水與 4 茶匙漂白劑兌和的溶液清潔。
- 避開人群和人多擁擠的場所；避免不必要的肢體接觸，如握手、擁抱或親吻。如果您目前正在接受化療或處於後期治療 (如骨髓移植術後)，則這一點對您來說尤為重要。
- 與他人保持 1.5 米的身體距離，並避免諸如親吻或握手等的社交習慣。

- 請諮詢您的醫生或治療團隊的成員，以了解治療過程中感染風險最高的時期，令您可以做好相應的活動計劃。(很遺憾，除了遵循健康的生活方式以外，並無增強免疫系統的捷徑)。
- 請致電聯絡治療團隊，以了解是否可以通過電話、Skype 或 Facetime 遠程就診。
- 請盡量留在家裡，避免不必要的外出，並且如果可以的話，盡量避免乘坐公共交通工具。

做好準備

您如果服用處方藥或非處方藥，則需確保在家裡或您可以出入的安全的地方儲備充足的藥物。最好是準備一個月的供應量。

對於家人、朋友及照顧者

您如果曾接觸過冠狀病毒感染風險較高的人士，則須避免接觸正在接受癌症治療的患者。

請諮詢醫護服務提供者，了解如何盡早在流感季節接種流感疫苗，以避免傳播其他傳染病，並增加您本人或親友需要就醫的風險。

獲得支援

您如果感到焦慮、有疑問或需要支援，則請在辦公時間撥打 Cancer Council 的支援及資訊熱線，電話號碼為 13 11 20。我們擁有訓練有素的專業團隊，可以為您提供情感上的支持，並為您提供在這個時期降低感染風險的實用技巧。

從哪裡獲得進一步的資訊?

澳洲政府衛生部 (Australian Government Department of Health) 已發佈有關 COVID-19 的公共衛生資訊，網址為：

www.health.gov.au/health-topics/novel-coronavirus-2019-ncov

您也可以撥打冠狀病毒衛生資訊熱線 (Coronavirus Health Information Line)，電話號碼為：1800 020 080

或撥打電話號碼：13 11 20，聯絡 Cancer Council，以獲得癌症資訊及支援服務。

有關冠狀病毒及其相關疾病——COVID-19 的知識更新變化迅速；保護您安全的公共衛生建議亦是如此。請多留意政府網站，以獲取最新的資訊。我們也將每天綜合回顧這些資訊。



如需用自己的語言諮詢建議，請致電 13 14 50，接通後即要求轉接到癌症協會或冠狀病毒衛生資訊熱線。