

# COVID-19 和 懷孕



如果您已懷孕，則您可能因 COVID-19 而造成嚴重疾病的風險更大。以下是在懷孕期間保持健康，以及避免感染 COVID-19 的一些溫馨小貼士：



**向醫療服務提供者諮詢**如何在懷孕期間保持健康和照顧好自己的相關事宜。如果您沒有醫療服務提供者，請致電當地的社區醫療中心或衛生部門。



**盡可能地避免與他人在一起。**當您與他人在一起時，請保持至少 6 英尺 (2 米) 的距離並佩戴口罩。



**如果您出現以下情況，請撥打 911：**

- 呼吸困難 (超出孕期正常現象的範圍)
- 胸部持續疼痛或有壓迫感
- 突然意識模糊
- 無法回應他人
- 嘴唇或臉色發青



**趕赴**您所有的產前護理約診。



**確保**您有至少 30 天的藥物供應量。

