

# 常见问答和网上资源

## 新冠病毒资源

- [疾控中心网站 \( The Centers for Disease Control \)](#)
- [阿拉米达郡公共卫生部 \( Alameda County Public Health \)](#)
- [加州公共卫生部 \( California Department of Public Health \)](#)
- [州长网站 \( Governor's Website \)](#)
- [新冠病毒谣言控制 \( Coronavirus Rumor Control \)](#)
- 来自阿拉米达郡行为健康部 ( Alameda County Behavioral Health ) : [在非常时期如何管理情绪健康](#)

## 何时以及如何洗手

经常洗手可以帮助您和您的爱人保持健康，尤其是在以下可能感染和传播细菌的关键时候：

- 准备食物**之前、期间和之后**
- **进食前**
- 在家照顾呕吐或腹泻患者**前后**
- 治疗伤口**前后**
- 使用马桶**后**
- 在[换尿布或清洁刚如厕完的小孩](#)**后**
- 擤鼻涕、咳嗽或打喷嚏**后**
- 接触动物、动物饲料或动物粪便**后**
- 处理宠物食品**后**
- 接触垃圾**后**