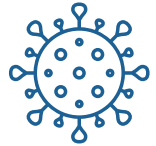


# 新冠肺炎病例與密切接觸者指引

## 我的新冠肺炎檢測呈陽性 – 我該怎麼做? (隔離指引)



如果您罹患新冠肺炎, 您必須待在家中直到您恢復並不致使他人染病。密切留意您的症狀, 尤其如果您有患重症的高風險。此外:

- 留在家中, 並且和他人隔離
- 在隔開的房間睡覺
- 如果可以, 使用分開的衛浴
- 就算在家也戴著口罩
- 經常清潔共用的檯面
- 若您無法安全的在家中隔離, 請致電call 211, 獲取住房, 食物和其他支援服務的訊息。

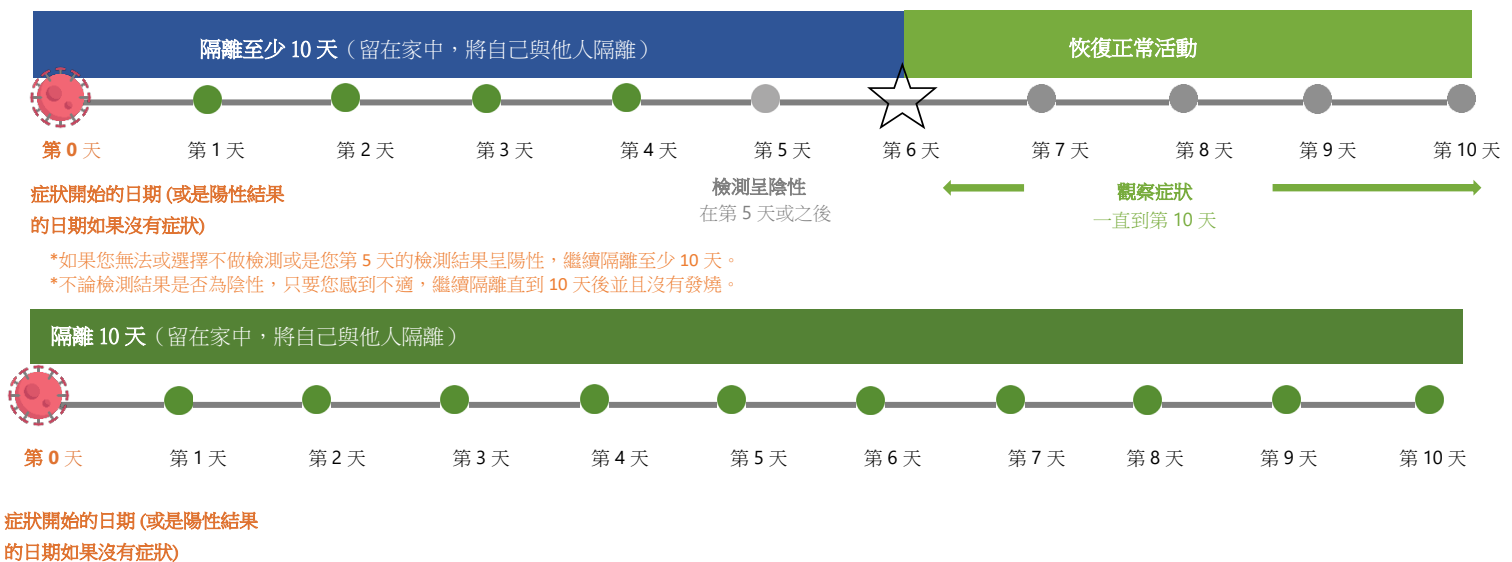
### 遵循指引來結束隔離:

- A. 如果您在出現症狀第5天或之後檢測呈陰性<sup>1</sup> (或陽性檢測第5天後, 如果您沒有症狀), 您可以恢復正常活動:
  - a. 隔離滿5天後, 並且,
  - b. 沒有發燒至少24小時, 並且,
  - c. 其他症狀緩解。
- B. 如果您無法或選擇不做檢測, 或者在第5天做的檢測呈陽性, 或者您的症狀並未緩解, 請繼續隔離至少10天。
- C. 如果您有較弱的免疫系統或是有其他的疾病, 您的醫生可能會要您隔離更長時間。

<sup>1</sup> 若需檢測來結束隔離, 建議使用抗原檢測 (通常稱為快篩) 而非 PCR 檢測。

### 告知您的密切接觸者:

告知和您有密切接觸的人, 讓他們知道他們可能已暴露在新冠病毒中。意識到已暴露在新冠病毒中能讓您的密切接觸者去做檢測, 監測症狀, 並且更好的保護他們的家人和朋友。參考第 2 頁對密切接觸者的定義。



## 我是新冠肺炎確診患者的密切接觸者- 我該怎麼做? (密切接觸者指引)

**密切接觸者**是指某人和被認定具感染力的新冠肺炎確診病例同處於一室內空間中超過 15 分鐘。從此新冠肺炎患者出現症狀的 2 天前 (或檢測呈陽性的 2 天前, 如果無症狀) 直到隔離結束。[了解更多詳情](#)。



如果您是新冠肺炎確診病例的密切接觸者:

- 在最後一次暴露的 3-5 後做檢測。
- 如果出現症狀, 立即做檢測並且留在家中, 並且
- 如果檢測結果是陽性, 遵循隔離建議。
- 去接種疫苗或打加強針 (如果還沒有)。
- 強烈建議在有他人出現的場合佩帶貼合面部的口罩總共10天。

## 我有新冠肺炎症狀 - 我該怎麼做?



如果您有新冠肺炎症狀, **您應該立即做檢測**。當您在等待新冠肺炎檢測結果時, **您必須待在家中**直到您症狀好轉並且不會傳染他人生病。密切監測自己的症狀, 如果感到症狀加重, 尤其您是重症的高風險群體, 請尋求醫療照護。此外:

- 留在家中, 和他人隔開
- 在隔開的房間睡覺
- 如果可以, 使用分開的衛浴
- 就算在家中也帶著口罩
- 經常清潔共用的檯面

如果您新冠肺炎檢測呈陽性, 遵循第一頁的隔離步驟。如果您新冠肺炎檢測呈陰性, 只要您沒有發燒 24 小時且其他症狀緩解, 則您可以回復正常活動。如果您使用抗原檢測檢測為陰性, 請考慮繼續隔離並且在 1-2 天後再做一次檢測, 尤其是您是在症狀出現的 1-2 天後做的檢測。如果新的症狀出現, 進行隔離並且再次做檢測。

## 我需要做新冠肺炎檢測嗎?



您可能需要做新冠肺炎檢測, 如果:

- (1) 您有新冠肺炎症狀;
- (2) 您是新冠肺炎確診病例的密切接觸者; 或是
- (3) 您的工作或狀況被建議或要求做檢測。

在等待檢測結果時您該做什麼:

- (1) 如果您有新冠肺炎症狀, 遵循上述的症狀步驟。
- (2) 如果您沒有新冠肺炎症狀, 不論您是否為密切接觸者, 在等待您的檢測結果時, 您都不需要遵循隔離步驟。

查找您附近的新冠肺炎檢測站, 瀏覽 [SCCFreeTest.org/zh](https://SCCFreeTest.org/zh)

更多財務協助, 住房, 食物或其他支援性服務, 致電 211

以上指引是針對一般大眾。某些環境, 像是學校, 醫療環境, 庇護所, 和監獄有不同的指引。

更多訊息, 請參閱 [SCCStayHome.org](https://SCCStayHome.org).