

新冠肺炎：居家隔離和檢疫指引

因為下列原因，您可能需要做新冠肺炎檢測：

- (1) 您有任何新冠肺炎疾病症狀，
- (2) 您是新冠肺炎感染者的**密切接觸者**或
- (3) 您正從事或處於被建議或要求做檢測的工作或情況中。

等待檢測結果時，該怎麼辦：

- (1) 如果您有任何新冠肺炎症狀，請遵循下一頁的**隔離措施**。
- (2) 如果您沒有新冠肺炎症狀但屬於密切接觸者，並且：
 - (a) **未接種疫苗**，在下表中找到適合您情況的檢疫計劃，並且請遵循下一頁的**檢疫措施**。
 - (b) **已完成疫苗接種**，您在等待檢測結果期間無需遵循隔離或檢疫措施。
- (3) 如果您沒有新冠肺炎症狀，並且**不是**密切接觸者，您在等待檢測結果期間無需遵循隔離或檢疫措施。

獲得檢測結果後該怎麼辦：

- (1) 如果您經新冠肺炎檢測呈**陽性**，請遵循下一頁的**隔離措施**。
- (2) 如果您經檢測呈**陰性**或未做檢測但需要按如上所述隔離，在下表中找到與您的情況相符的檢疫計劃，然後**遵循**下一頁的**檢疫措施**。

密切接觸者：密切接觸者是指與新冠肺炎患者在其新冠肺炎感染可傳染給他人期間相距 6 英尺之內至少 15 分鐘的人。這是從新冠肺炎患者出現症狀或首次檢測呈陽性 48 小時前算起直到 10 天後。請瀏覽[此處](#)了解詳情。

新冠肺炎檢疫指示^{1,2}

類似新冠肺炎症狀？	密切接觸者？	已接種疫苗 ^{3,4} ？	該怎麼做
是	否	是 或 否	<ul style="list-style-type: none">• 如果經檢測呈陰性：留在家中，直到症狀開始好轉並且您已經 24 小時或更長時間不發燒。
是	是	否	<ul style="list-style-type: none">• 做了檢測：如果您在自最後一次暴露之日起的第 5 天或之後做檢測，並且經檢測呈陰性，您可以提早結束檢疫。從最後一次暴露之日起，留在家中直至第 7 天，直到您的症狀開始好轉並且您至少 24 小時不發燒——即使總時間超過 7 天。• 未做檢測：從最後一次暴露之日起，留在家中直至第 10 天，直到您的症狀開始好轉並且您至少 24 小時不發燒——即使總時間超過 10 天。
否	是	否	<ul style="list-style-type: none">• 做了檢測：如果自最後一次暴露之日起第 5 天或之後採樣的檢測結果呈陰性，則留在家中直至第 7 天。• 未做檢測：自最後一次暴露之日起留在家中直至第 10 天。• 得過新冠肺炎：如果您在過去 90 天內感染新冠肺炎並且自從這次暴露後沒有任何新症狀，您無需與他人隔離。
是	是	是	<ul style="list-style-type: none">• 做了檢測：如果檢測結果呈陰性，並且已經連續 24 小時或更長時間沒有發燒，加上其他症狀開始好轉，您可以立即恢復正常活動。• 未做檢測：從最後一次暴露之日起，留在家中直至第 10 天，直到您的症狀開始好轉並且您至少 24 小時不發燒——即使總時間超過 10 天。
否	是	是	<ul style="list-style-type: none">• 立即做檢測並在最後一次暴露之日起第 5 天或之後再次做檢測。 一般而言，如果您已完成接種疫苗且未出現新冠肺炎症狀且不是醫療保健機構中的患者或院友，則您無需留在家中。

針對TK-12學生改良的檢疫規定：如果暴露是在 TK-12 學校環境中發生的，並且每個人都戴口罩，則學生能夠在遵循改良的檢疫規定的情況下留在學校中。遵循學校關於檢測和其他要求的說明。

¹ 處於特殊檢疫情形的工作者：如果您是先遭急救人員或醫護人員，請查詢您的僱主。如果人手嚴重短缺，僱主可遵循[此處](#)的建議。

² 某些醫療保健和非醫療保健的聚集場所，包括監獄和庇護所，可能有更嚴格的要求。如果對您在機構的適用指南有任何疑問，請聯繫聖塔克拉拉縣公共衛生局。

³ 如果曾暴露於新冠肺炎病例的已完成疫苗接種的醫護人員滿足上述條件，則在工作之外無需進行檢疫。他們仍應**立即**做檢測並在最後一次暴露於病例之日起**第 5 天**或之後再次做檢測。欲知詳情，請參閱有關**管理醫護人員的暴露**的章節。

⁴ 如果與患有或可能患有新冠肺炎的人士接觸，醫療保健機構中的患者和院友應遵循[CDPH 醫療保健機構檢疫指引](#)。

隔離措施

1 隔離 - 如果您患有新冠肺炎或症狀並且

正在等待新冠肺炎檢測結果，您必須留在家中直到您好轉，不傳染給別人。

密切觀察症狀，如果症狀惡化，尤其是如果您身患重病的風險較高時，請就醫。



2 遵循縣政府的隔離指引：

- 如果您有症狀，在以下情況之後可以與他人相處：
 - 自您的症狀首次出現以來至少10天，並且
 - 至少24小時不發燒（在未服用退燒藥的情況下）；並且
 - 其他症狀改善，以時間較長者為準。
- 如果您沒有症狀，則自您首次陽性檢測結果採樣起10天後，您就可以與其他人在一起。
- 如果您的免疫系統較弱或患有其他疾病，您的醫生可能會告訴您隔離更長時間。

3 告訴密切接觸者 - 與您有密切接觸的人應該遵守檢疫措施。請與他們分享此傳單。如需幫助告知您的密切接觸者，請致電 408-970-2870。

檢疫措施

1 檢疫 - 立即留在家中，將自己與他人隔離。

- 詢問您的雇主³ 以了解您是否需要遵循其他措施。雇主可以聯絡公共衛生局尋求幫助。
- 遵循符合您的情況的檢疫指示（請參閱第1頁上的所有檢疫指示）。一般來說，如果您已完成疫苗接種，您無需進行檢疫。

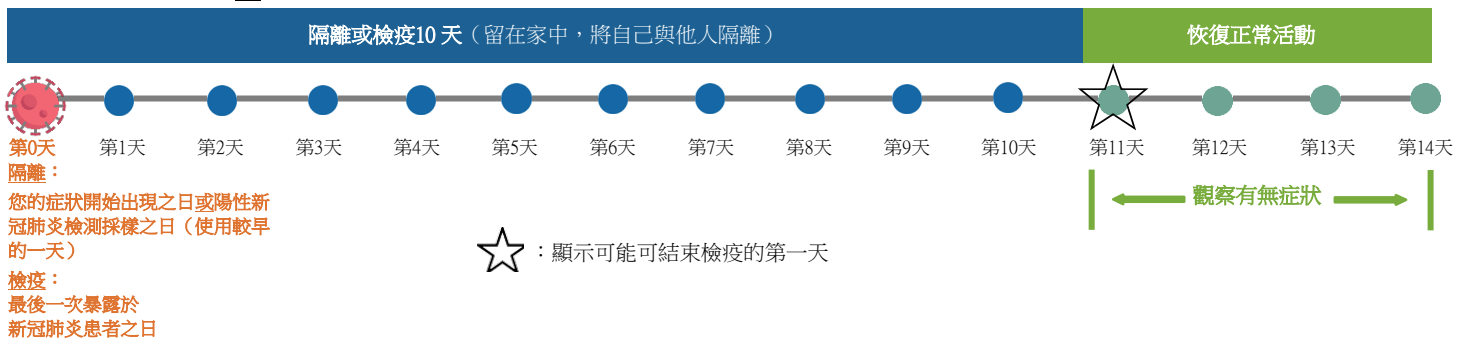


2 做檢測：

- 您現時是否持續與新冠肺炎感染者（例如住在您家的人）有密切接觸？
 - 如果沒有，您應該立即做檢測並在最後一次暴露於病例後第5天或之後再次檢測，即使您已接種了疫苗。
 - 如果有，在新冠肺炎患者完成隔離後，再增加10天的檢疫期。做3次檢測：
 - 立即及
 - 病例完成隔離1天後及
 - 病例完成隔離5天後。如果所有3次檢測結果均呈陰性，您可以在新冠肺炎患者完成隔離7天後結束檢疫。
- 如果任何檢測結果呈陽性，請遵循隔離措施。
- 如果您在檢疫期間開始出現新冠肺炎症狀，請立即再次做檢測。

3 觀察有無新冠肺炎症狀14天。如果您開始感到不適，遵循隔離措施並立即做檢測。

計劃為期10天的隔離或檢疫



計劃為期7天的檢疫（適用於在第5天或之後感覺好轉且檢測結果呈陰性的人士）

