

# Tư vấn về việc Tiếp xúc Gần gũi với COVID-19 dành cho Nhân viên ngoài ngành Y tế



Việc tìm kiếm vết tiếp xúc tại nơi làm việc của quý vị cho thấy có thể đã có sự tiếp xúc với người được xác nhận bị nhiễm COVID-19. **Quý vị được xác định là đã có tiếp xúc gần gũi với người có xét nghiệm dương tính COVID-19 và có thể đã tiếp xúc với siêu vi khuẩn.** Theo Trung tâm Kiểm soát và Phòng ngừa Dịch bệnh (CDC), nguyên nhân chính của việc lây lan siêu vi khuẩn là giữa những người có tiếp xúc gần gũi với nhau (cách nhau dưới 6 feet trong 15 phút hoặc lâu hơn) qua các giọt dịch hô hấp khi người bệnh ho hoặc hắt hơi.

Cho dù quý vị có thể cảm thấy khó chịu khi biết mình có thể đã có tiếp xúc với người nhiễm bệnh, nhưng việc tiếp xúc với người bị nhiễm COVID-19 không nhất thiết có nghĩa là quý vị sẽ bị nhiễm COVID-19 hoặc bị bệnh nặng. Hầu hết những người nhiễm COVID-19 đều bị bệnh nhẹ và có thể hồi phục tại nhà. Một số người nhiễm bệnh có thể không có triệu chứng. Đó là lý do tại sao chủ sở hữu của quý vị cần hợp tác chặt chẽ với Sở Y Tế Công Cộng Hạt Santa Clara để áp dụng các biện pháp ngăn ngừa sự lây nhiễm thêm. Vui lòng xem các hướng dẫn dưới đây về việc cách ly, nghỉ làm, chăm sóc lâm sàng và xét nghiệm.

## Xét nghiệm và Cách ly/Cô lập

### Xét Nghiệm:

- Tất cả những người có tiếp xúc gần gũi cần được xét nghiệm ngay lập tức nếu có triệu chứng.
- Người có tiếp xúc gần gũi không sống cùng nhà (cho dù đã tiêm ngừa hay chưa) cần xét nghiệm ngay lập tức và thêm một lần nữa vào hoặc sau ngày thứ 5 của lần tiếp xúc cuối cùng.
- Người có tiếp xúc gần gũi trong cùng gia đình (cho dù đã tiêm ngừa hay chưa) với sự tiếp xúc vẫn tiếp diễn nên đi xét nghiệm 3 lần: 1) ngay lập tức VÀ, 2) 5 ngày sau lần tiếp xúc đầu tiên VÀ, 3) 5 ngày sau khi người bị nhiễm đã hoàn tất thời kỳ cô lập
- Nếu có kết quả dương tính**, quý vị phải tiếp tục cô lập tại nhà đến ít nhất 10 ngày kể từ khi bắt đầu có các triệu chứng VÀ ít nhất 24 giờ sau khi hết sốt (không dùng thuốc giảm sốt) và các triệu chứng khác đã thuyên giảm.

### Thời hạn Cách Ly:

- Đối với người có tiếp xúc gần gũi chưa tiêm ngừa/tiêm ngừa chưa đủ liều CÓ Triệu chứng:**
  - Nếu không xét nghiệm, có thể chấm dứt cách ly sau ngày thứ 10 kể từ lần tiếp xúc cuối cùng VÀ ít nhất 24 giờ sau khi hết sốt VÀ các triệu chứng khác thuyên giảm, tùy theo điều nào xảy ra sau; HOẶC
  - Nếu có xét nghiệm, có thể chấm dứt cách ly sau ngày thứ 7 nếu mẫu xét nghiệm chẩn đoán được lấy vào hoặc sau ngày thứ 5 kể từ lần tiếp xúc cuối cùng là âm tính VÀ ít nhất 24 giờ sau khi hết sốt VÀ các triệu chứng khác thuyên giảm, tùy theo điều nào xảy ra sau.
- Đối với người có tiếp xúc gần gũi chưa tiêm ngừa/tiêm ngừa chưa đủ liều KHÔNG CÓ Triệu chứng:**
  - Nếu không xét nghiệm, có thể chấm dứt cách ly sau ngày thứ 10 kể từ lần tiếp xúc cuối cùng; HOẶC
  - Nếu có xét nghiệm, có thể chấm dứt cách ly sau ngày thứ 7 nếu mẫu xét nghiệm chẩn đoán được lấy vào hoặc sau ngày thứ 5 kể từ lần tiếp xúc cuối cùng là âm tính.
- Thời hạn Cách ly đối với người có tiếp xúc gần gũi chưa tiêm ngừa nhưng đã từng bị nhiễm bệnh trước đây:** Nếu người có tiếp xúc gần gũi đã từng bị nhiễm COVID-19 trong vòng 90 ngày trước và không có thêm triệu chứng nào mới hơn so với lần tiếp xúc gần đây với người nhiễm COVID-19, người này không cần phải cách ly.
- Đối với người có tiếp xúc gần gũi đã tiêm ngừa đầy đủ CÓ Triệu chứng:**
  - Nếu không xét nghiệm, có thể chấm dứt cách ly sau ngày thứ 10 kể từ lần tiếp xúc cuối cùng VÀ ít nhất 24 giờ sau khi hết sốt VÀ các triệu chứng khác thuyên giảm, tùy theo điều nào xảy ra sau; HOẶC
  - Nếu có xét nghiệm, có thể chấm dứt cách ly ngay nếu mẫu xét nghiệm chẩn đoán được lấy trong thời gian có triệu chứng là âm tính VÀ ít nhất 24 giờ sau khi hết sốt VÀ các triệu chứng khác thuyên giảm.
- Nếu quý vị là 1) **Người có tiếp xúc gần gũi đã tiêm ngừa đầy đủ KHÔNG CÓ Triệu chứng** HOẶC 2) đã từng **Bị Nhiễm COVID-19 Trước đây**, quý vị *có thể không* bắt buộc cách ly **NẾU** quý vị đáp ứng đủ các tiêu chuẩn nhất định. Vui lòng xem trang mạng [sccstayhome.org](https://www.sccstayhome.org) để biết thêm thông tin.

### **Dành cho tất cả những người có tiếp xúc gần gũi (có triệu chứng và không triệu chứng)**

Ngoài các hướng dẫn nêu trên:

- Người có tiếp xúc gần gũi nên tiếp tục theo dõi các triệu chứng cho đủ 14 ngày.
- Nếu người có tiếp xúc gần gũi tiếp tục có tiếp xúc với người nhiễm bệnh trong lúc đang cô lập, Thời Kỳ Cách Ly sẽ bắt đầu ngay và kết thúc 10 ngày sau khi thời hạn cô lập của người nhiễm bệnh chấm dứt,

### **Không đến nơi làm việc**

Quý vị không được phép đến nơi làm việc trong thời gian cách ly nhưng có thể làm việc từ xa. Sau khi đã đáp ứng các yêu cầu về xét nghiệm và thời gian cách ly ở trên, quý vị có thể quay lại nơi làm việc với sự đề nghị của chủ sở hữu, tùy theo công việc của quý vị.

Để biết thêm thông tin về COVID-19, vui lòng vào trang mạng của chúng tôi tại [www.sccgov.org/covid19](https://www.sccgov.org/covid19). Cảm ơn quý vị đã đóng góp trong việc ngăn chặn sự lây lan của siêu vi khuẩn và giữ cho cộng đồng của chúng ta được khỏe mạnh.