

# 非醫務人員新冠肺炎密切接觸者建議



在您的工作場所進行的接觸者追蹤顯示，您可能已暴露於已確認的新冠肺炎病例。**您被確定為與新冠肺炎陽性患者有密切接觸，並且可能已暴露於病毒。**根據美國疾病管制與預防中心（CDC）的說法，該病毒主要透過感染者咳嗽或打噴嚏時產生的呼吸道飛沫在彼此密切接觸（相距小於6英尺，持續15分鐘或更長時間）的人們之間傳播。

得知潛在的暴露可能會令人不快，但與罹患新冠肺炎的人士接觸並不一定意味著您患上新冠肺炎或患重病。大多數患有新冠肺炎的人士屬輕症，可以在家中康復。有些感染病毒的人士可能根本沒有任何症狀。這就是為什麼您的雇主與聖塔克拉拉縣公共衛生局緊密合作以採取預防措施以防止進一步暴露的原因。

請參閱下文有關隔離、停止工作、臨床照護和檢測的說明。

## 檢測和檢疫/隔離

作為確認罹患新冠肺炎的人士的密切接觸者，您將被指示依照下文的說明**在家進行自我檢疫並做檢測**。然而，如果您已**完全接種疫苗**，只要您滿足特定條件，便無需進行檢疫，但仍需要進行檢測。詳情請瀏覽 [sccstayhome.org](http://sccstayhome.org)。

如果您未完全接種疫苗，即使您的檢測結果呈陰性，您也必須留在家中，因為感染新冠肺炎最多可能需要14天。

所有密切接觸者和任何出現新冠肺炎症狀的人士，不論疫苗接種狀況：

- 在您最近一次接觸病例後立即做檢測，並在**5天**後再做檢測。
- 如果您未完全接種疫苗和/或出現症狀，請完成10天檢疫期。
- 留意症狀14天。

如果您有或出現新冠肺炎症狀（無論您是否完全接種疫苗）：

- 立即做檢測，並儘可能將自己與任何家庭成員分開。
  - 如果檢測結果呈**陽性**，則必須在家隔離，直到症狀發作後至少有10天，並且不發燒（在未服用退燒藥的情況下）且其他症狀改善至少24小時。
  - 如果您的檢測結果呈**陰性**，並且您在最近一次接觸病例後的**5天內**做了檢測，您則必須**在家檢疫整整10天**，並在接觸病例後**5天再次做檢測**。
  - 如果您的檢測結果呈**陰性**，而且您在最近一次接觸病例後的**第5天或之後**做了檢測，則**無需再次做檢測**，但您仍然必須**在家檢疫整整10天**。

**先前感染的隔離豁免：**如果您在過去90天內曾感染新冠肺炎並且沒有症狀，則無需隔離。在[此處](#)查看更多信息。

如果您有新冠肺炎的症狀（發燒、咳嗽、呼吸急促、發冷、盜汗、喉嚨痛、噁心、嘔吐、腹瀉、疲倦、肌肉或身體酸痛、頭痛、神志不清，或味覺/嗅覺喪失），請立即聯絡您的醫生。如果您沒有醫生，可以致電1-888-334-1000與聖塔克拉拉山谷醫療中心（Santa Clara Valley Medical Center）的山谷連接專線（Valley Connections Line）聯絡，並要求與護士諮詢。

## 停止工作

在檢疫期間，您不能進入工作場所，但可以在雇主允許的情況下遠程工作。滿足上述檢測和檢疫期要求後，您可以結合雇主的建議返回工作現場，具體取決於您的職位。

欲知新冠肺炎的更多訊息，請瀏覽我們的網站[www.sccgov.org/covid19](http://www.sccgov.org/covid19)。感謝您為阻止病毒傳播及保持社區健康做出的貢獻。