

非醫務人員COVID-19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COVID-19病例。**您被確定為與COVID-19陽性患者有密切接觸，並且可能已暴露於病毒。**根據美國疾病控制與預防中心（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[2公尺]，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COVID-19的人士接觸並不一定意味著您患上COVID-19或患重病。大多數患有COVID-19的人士出現輕症，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。

檢測和隔離/檢疫

作為與確認罹患COVID-19的人士密切接觸的工作者，您將被指示依照下文的說明**在家進行自我檢疫並做檢測**。

即使您的檢測結果呈陰性，您也必須留在家中，因為感染COVID-19最多可能需要14天。

如果您沒有COVID-19症狀：

- 在您最近一次接觸病例後**7天**做檢測。
- 如果您在此之前做檢測，請在**14天**檢疫期結束時再次做檢測。

如果您有或出現COVID-19症狀：

- 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**，而您在最近一次接觸病例後的**7天內**做檢測，您則必須**在家檢疫整整14天**，然後在您的**14天**檢疫期結束時**再次做檢測**。
 - 如果您的檢測結果呈**陰性**，而您在最近一次接觸病例的**7天後**做檢測，則**無需再次做檢測**，但您仍然必須**在家檢疫整整14天**。

如果您有COVID-19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，並要求與諮詢護士交談。

停止工作

在檢疫期間，您不能進入工作場所，但可以遠程工作。達到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，具體情況取決於您的職位。

欲知COVID-19的更多訊息，請瀏覽我們的網站www.sccgov.org/covid19。感謝您為阻止病毒傳播及保持社區健康作出的貢獻。