

# COVID-19 接触者隔离须知

本指南面向被视为 COVID-19 确诊患者“密切接触者”的人群。在高风险设施(例如医院和疗养院)中居住和工作的人群应查询此类设施的隔离指南。

## 如果您并未出现症状

您**无需**居家隔离, 但应:



在暴露于病毒的 3-5 天后接受检测



在 10 天内, 当周围有他人在场时佩戴口罩



若出现症状或检测结果呈阳性, 则居家隔离 10 天

## 如果您出现症状



居家隔离并尽快接受检测, 以便确认是否感染



在等待检测结果期间保持隔离



如果快速抗原检测结果呈阴性, 特别是当您在出现症状的头 1-2 天内检测结果呈阴性的情况下, 请考虑继续自我隔离, 并在 1-2 天后重新检测



如果检测结果呈阳性, 请继续居家隔离 10 天

## COVID-19 症状

- » 咳嗽
- » 鼻塞, 呼吸不畅
- » 咽喉疼痛
- » 味觉或嗅觉丧失
- » 发烧或发冷
- » 疲劳, 肌肉或身体疼痛

## 我是“密切接触者”吗?

- » 如果您在 24 小时期间与感染者在同一室内空间里(例如家中、诊所的候诊室、飞机机舱等)累计共处 15 分钟或以上, 则为“密切接触者”

## 如果我的 COVID-19 检测结果呈阳性怎么办?

- » 留在家中并遵守隔离指示(请访问 [bit.ly/covid19-patients](https://bit.ly/covid19-patients) 或扫描页面底部的二维码)



如需了解更多信息,

请访问 [bit.ly/covid19-patients](https://bit.ly/covid19-patients)

或拨打 833-829-2626

**RESPONSE**  
Coronavirus (COVID-19)

CONTRA COSTA  
HEALTH SERVICES



4/14/2022