



如果您接触了冠状病毒疾病 (COVID-19) 确诊患者该怎么办

如果您接触了经实验室确诊的 COVID-19 患者，请在您的 **14 天隔离检疫期**内遵循以下步骤，以避免在您生病时将疾病传播给其他人。

什么是 2019 冠状病毒疾病 (COVID-19)?

COVID-19 是由一种称为 SARS-CoV-2 的新型病毒引起的呼吸道疾病。该疾病的最常见症状是发烧、咳嗽和呼吸急促。大多数 COVID-19 患者为轻度感染，但有些患者会病情加重，可能会需要住院治疗。

为什么要对我进行隔离检疫？这对我来说意味着什么？

之所以对您进行隔离检疫，是因为您在 COVID-19 患者生病期间接触了他们。在您的隔离检疫期间，您应该待在家里并监测自己的健康状况，以检查是否出现发烧、咳嗽、呼吸急促、味觉/嗅觉丧失或[其他呼吸道症状](#)。在您最后一次接触了 COVID-19 生病患者之后的 14 天里，对自己进行监测。在这 14 天期间，您不应去上班或上学，不应接待客人或去别人家里，并且应避开公共场所。

斯诺霍米什卫生区是如何确定我已暴露的？

通常，您需要与病人密切接触才会被感染。您已被确认为与 COVID-19 确诊病例有过密切接触的人。密切接触包括：

- 与 COVID-19 患者住在同一家庭中，
- 照顾 COVID-19 患者，
- 与 COVID-19 患者相距 6 英尺内 15 分钟（累积）或更长时间，或者
- 直接接触 COVID-19 患者的分泌物（例如，在咳嗽时、亲吻、共用餐具、共用工具等）。

我受到严重感染的风险增加了吗？

如果您具有以下任何情况并且是 COVID-19 确诊病例的密切接触者，则您受到严重感染的风险可能会增加。致电您的医疗保健提供者以获取进一步的指导和建议。

- 年龄在 60 岁或以上，
- 怀孕，
- 免疫功能低下，
- 其他潜在健康状况

如果我现在生病了或在我的隔离检疫期间生病了该怎么办？

如果您现在生病了或者您生病并伴随发烧、咳嗽、呼吸急促，或[其他 COVID-19 症状](#)（即使您的症状很轻），请致电您的医疗保健提供者并接受 COVID-19 检测。您应该继续待在家里并远离他人。尽量与同您住在一起的其他人保持至少 6 英尺的距离。



如果我现在没有生病该怎么办？

您应在整个 14 天的隔离检疫期内待在家里并监测自己的健康状况，以检查是否出现 COVID-19 症状。您不应去上班或上学，不应接待客人，不应去别人家里，并且应避免公共场所。如果您是重要工作者，则只要您没有出现任何症状（甚至是轻微症状）并且检测结果不呈阳性，您就可以继续去上班。

如果我接种了 COVID-19 疫苗该怎么办？

若在您已接种 2 剂疫苗系列（Pfizer 或 Moderna）的第二剂之后已过去 2 周或以上，或者在您已接种单剂疫苗（Janssen）之后已过去 2 周或以上，则您被视为已完全接种了 COVID-19 疫苗。

- 如果您已完全接种疫苗并且出现任何与 COVID-19 相符的症状，则您应与他人隔离并接受检测。
- 如果您已完全接种疫苗并且没有出现过类似 COVID 的症状，则您无需隔离检疫。已完全接种疫苗但没有隔离检疫的人员仍应在暴露后的 14 天里监测是否出现 COVID-19 症状。建议您在发生可能的接触后 3-5 天之内进行检测。
- 如果您尚未完全接种疫苗（按照上述定义），则您应隔离检疫 14 天并监测是否出现症状。如果您是重要工作者，则只要您没有出现任何症状（甚至是轻微症状）并且检测结果不呈阳性，您就可以在隔离检疫期间继续工作。

如果我有急诊情况并且需要立即医疗护理该怎么办？

如果您有医疗急诊情况，您应致电 911。通知调遣人员您可能已暴露于 COVID-19。如果可能，在急救医疗服务人员到达之前或在他们到达之后立即戴上口罩。