

COVID-19 和聯繫人跟踪

正如測試是對新型冠狀病毒疾病 (COVID-19) 的長期響應的關鍵部分一樣 [testing is a key piece](#) , 疾病調查和接觸者追踪也至關重要。

這些主題引發了許多問題，以及關注和謠言。我們旨在解決其中的一些問題。

什麼是疾病調查和接觸者追踪？

當發生疾病暴發時，疾病調查人員會努力找出可能的來源，追踪傳播情況，並在進一步傳播疾病或患上重病之前通知可能受到感染的人。這是遏制疾病暴發並限制結核病，性傳播疾病，肝炎和其他傳染病在我們社區中的傳播的公共衛生工作的常規組成部分。幾十年來，這一直是日常公共衛生活動的一部分。

第一步是病例調查，對患有疾病的人進行採訪。在當前的大流行期間，這意味著任何有 COVID-19 檢測呈陽性的人。訪調員問一些問題，例如出生日期，住址，出生性別，種族。他們可能會詢問您在哪里工作以及承擔什麼工作職責，旅行歷史以及所發生疾病的性質和時機。他們不會要求您提供您的社會安全號，財務信息或移民身份之類的信息。

疾病調查人員還詢問病人與誰有密切聯繫。目的是識別暴露的人。對於 COVID-19，通常是指感染者在同一房屋中居住或與 COVID-19 的人相距六英尺以內 10 分鐘或更長時間的人。

這將啟動第二步，即聯繫人跟踪。公共衛生人員或志願者打電話給親密接觸者，以告知他們可能的接觸範圍，並提供有關隔離時間，要注意的症狀以及生病時應採取的措施指導。根據法律培訓並要求公共衛生工作者不要透露可能暴露此聯繫者的身份，並保護他們所呼叫者的個人健康信息。

Snohomish 衛生區什麼時候開始跟踪聯繫？

COVID-19 的聯繫人跟踪不是新活動。它始於 1 月 20 日，當時我們收到了美國首例報告病例的陽性檢測結果的通知。

至於總體的接觸者追蹤，公共衛生護士和其他衛生區工作人員會進行許多疾病暴發的追蹤。近年來您可能聽說過的一些例子包括麻疹，腮腺炎，百日咳和肝炎。還有一些疾病干預專家，他們致力於識別，告知性傳播疾病患者並向其提供資源。該地區還制定了一項旨在預防結核病傳播的計劃。該工作也涉及聯繫人跟踪。實際上，Snohomish 縣公共衛生的根源可以追溯到 100 多年前 [go back more than 100 years](#)，當時紅十字會護士努力控制結核病。

因此，重要的是要記住，接觸追蹤並不是一項新的嘗試，不是針對 COVID-19 或其他疾病的。它是公共衛生 DNA 的一部分。

但是 COVID-19 是不同的。

是的。這種大流行的規模意味著，在整個縣，州和國家/地區，需要進行大量的聯繫追蹤。

這種疾病的新穎性以及人們缺乏免疫力和疫苗或經過驗證的治療等藥物干預措施，也使其具有獨特性和挑戰性。與麻疹不同，在麻疹中高接種率可以幫助減緩或阻止社區中的傳播，我們對 COVID-19 的免疫力卻不廣。我們仍在學習有關病毒和疾病的信息。對於我們熟悉的疾病，有一個更清晰的症狀列表以及對這種疾病通常傳播的方式，某人傳染性的時間，該病毒在表面上可存活的時間，最易受感染的人等的理解。對於 COVID-19，這些是我們將繼續學習的內容。

另一件事使 COVID-19 接觸者追蹤與其他疾病不同的並是採取了諸如保持在家，保持健康和保持社交距離等措施，以幫助遏制其傳播。這極大地影響了調查和追蹤的成功，從而使更多的業務和活動得以恢復，同時避免了大幅度增加對醫院提供急診服務能力病例的威脅。快速檢測和控制暴發對於實現這一目標也至關重要。

那麼您需要多少個聯繫追蹤器？

這是一項長期的工作，隨著案件數量的變化，專門用於聯繫追蹤的工作人員和/或志願者的確切數量可能會有所波動。

衛生區增加了培訓，從其他計劃中調動了工作人員，僱用了新員工，並通過我們的醫療後備隊與志願者合作，以擴大我們的聯繫追蹤工作。

我們的醫療後備隊正在為臨時僱員和志願者進行培訓，以幫助將其能力從 5 月初的大約 10 個全職職位提高到大約 30 個全職職位，以進行疾病調查和接觸者追蹤。如果病例和聯繫超出了衛生區的能力範圍，華盛頓州衛生部 (WA DOH) 將提供支持並可以尋求其他幫助，例如經過 WA DOH 培訓的這項工作的國民警衛隊工作人員將受州或地方公共衛生工作者的監督。

如果我測試呈陽性會怎樣？

對 COVID-19 測試呈陽性的人可以期待從 Snohomish 衛生區或衛生部打來的電話，然後通常是一封帶有隔離和疾病預防信息的電子郵件。

撥打電話是為了確保您了解陽性檢測結果，並提供與他人隔離多長時間以及如何預防疾病傳播的指導。疾病研究人員還會進行採訪，並會提出問題以識別可能已暴露的其他人。然後，將通過短信或電話進行定期跟進，以支持遵守家庭隔離指令，回答問題或在必要時進行推薦。通常，隔離的時間是從症狀發作起至少 10 天，發燒消失並且咳嗽或其他症狀得到改善後至少 3 天。

如果我與案件密切聯繫會怎樣？

如果您被確定為與確診病例有密切聯繫的人而被公共衛生打來電話，則會要求您在家隔離。這意味著要在家里呆 14 天，同時要監視疾病症狀。我們將為您提供有關應注意哪些症狀的信息，如果您出現了這些症狀，我們建議您與您的醫療服務人員聯繫並進行 COVID-19 測試。

如果您出現症狀或測試結果呈陽性，將要求您繼續呆在家里遠離他人，直到發燒後至少 72 小時 (不使用減少發燒的藥物)，其他症狀有所改善，且自症狀開始以來至少經過 10 天的日子已經過去了。

讓我們談談什麼不會發生。

謠言和錯誤信息使人們對自己和家人發生的事情感到恐懼，如果他們被確定為案件或密切聯繫者。

首先，案件採訪和聯繫通知幾乎總是通過電話進行。沒有將公共衛生人員或受公共衛生監督的國民警衛隊成員送入房屋，將人們圍捕。我們的首要任務是減少疾病的蔓延，這意味著我們希望您留在家裡，避免與他人（包括我們的疾病調查員）進行面對面的接觸。

您可能還聽說過有人被迫進入隔離和隔離設施的傳聞。如果由於住所不穩定或無法與家庭脆弱成員保持距離而在 COVID-19 疾病期間沒有安全的住所，則該縣確實有可用的地點。但是，首選的是人們在家隔離 [isolate or quarantine at home](#)。我們確實要求您在生病時與家庭成員保持距離，但是可以通過保持自己的房間並限制在共享空間中的接觸來做到這一點。

還有人擔心，如果孩子或父母患上 COVID-19，則孩子會被帶離父母或監護人。如果家中有孩子的人患上 COVID-19，則應採取與其他家庭相同的步驟-待在家裡並遠離他人，保持良好的清潔和衛生，如果您（或您的孩子）出現症狀或他們惡化了，致電給您的醫生。如果您患了重病並需要住院，那麼需要製定一個計劃看誰可以照顧您的孩子將是一個好主意。我們鼓勵您與您信任的家人，朋友或鄰居交談。

我們的員工和志願者也接受了保護患者隱私的培訓。信息是在“案件計數” [on our case counts page](#) 頁面上匯總提供的，但我們不提供個人身份健康信息。

我該如何協助聯絡人追蹤？

- 1) 我們的醫療後備隊歡迎志願者。他們可以通過各種公共衛生工作為我們提供支持，包括直通測試，呼叫中心和 COVID-19 期間的聯繫跟踪。了解更多信息或在 www.snohd.org/MRC 上註冊。
- 2) 對於帶薪職位，包括在緊急情況期間所需的臨時職位，您可以在 www.governmentjobs.com/careers/snohd 上監視職位發布。

對於新來的人員或志願者以幫助進行聯繫追蹤的人員，需要進行三個小時的課程以開始培訓。該課程通過州和領土衛生官員協會 [the Association of State and Territorial Health Officials](#) 進行。

在他們開始實際與公共衛生所進行聯繫跟踪之前，需要額外的培訓。他們還必須進行跟隨聯繫調查的公共衛生人員培訓，並在獨立運行之前密切監督其培訓電話。

請記住，為幫助您進行聯繫追蹤和對 COVID-19 的整體響應，您可以做的最好的事情之一就是繼續遵循準則以保持自己和他人的健康。通過限制與他人的密切接觸，您可以減少生病的可能性，並減少發生接觸時的聯繫次數。這有助於我們團隊和其他致力於解決這一大流行病的人員保持聯繫追蹤的可管理性。