

# 密切接触 隔离指导方针

## 1) 什么是隔离？

在隔离期间，您将需要一直待在家中。若您与其他人同住，则您应尽可能与同住之人保持隔离。对于必需品，您应选择非接触式递送方式（若可用）。

## 2) 我为什么需要进行隔离？

如果您接触过 COVID-19，则需要隔离。这是您可以采取的用来阻止疾病进一步传播的重要措施。即使您未出现症状，也请务必做到在未进行适当时间的隔离之前远离其他人，这一点很重要。您的目标是阻止 COVID-19 的传播。

## 3) 我应该隔离多长时间？

针对已接触 COVID 之人的隔离时间，是从他们最后一次接触传染病人之日起的 **14 天**。

## 4) 哪些人应该进行隔离？

COVID 患者在其症状出现前 2 天至症状出现后的 10 天被认为是具有传染性的（若未出现症状，则使用检测呈阳性之日期）。

因此，如果您第一天与某人见面吃午饭，两天后他/她出现症状并被证实为 COVID，那么您就是在他/她具有传染性的时期与其进行了接触，您会被视为“密切接触者”，将需要自您接触之日起（第 1 天）隔离 14 天。

## 5) 检测呢？

一旦出现已知的 COVID 接触病例，即使在 14 天的隔离期内获得了阴性检测结果，也**不会**解除对您的密切接触者隔离要求。COVID 病毒可能需要长达 14 天的时间才能在体内繁殖或复制到足以检测出来的程度。第 5 天或第 9 天的检测可能会提供有帮助的信息，但是检测时间太早，以致于不准确。

## 6) 若家里有人检测呈阳性，该怎么办？

如果您与患有 COVID 的人同住，并且该个人无法在单独的居住区域中与其他人完全隔离，则您的 14 天密切接触者隔离期是从您在他们传染期期间内（在他们开始出现症状之后的 10 天）与其在一起的**最后一天**起开始计算。

## 7) 在哪里可以找到更多有关我该隔离多长时间的信息？

请浏览华盛顿州卫生部的隔离计算器：<http://bit.ly/QuarantineCalc>

# 密切接触 隔离指导方针

## 家庭隔离范例

某位与您同住之人检测呈阳性的日期：

A: \_\_\_\_\_ (在此插入日期)。

他们开始出现症状的日期：

B: \_\_\_\_\_ (在此插入第一天出现症状的日期)。

在他们开始出现症状的前两天被认为具有传染性，直至：

C: \_\_\_\_\_ (从 B 行日期向后数 10 天，或若其无症状则采用其检测日期)，被视为传染期。

因为您是密切接触者，您的 14 天隔离期开始于：

D: \_\_\_\_\_ (C 行所列日期或您与您同住之人在一起的最后一天的日期)。

因为您是密切接触者，您的 14 天隔离期结束于：

E: \_\_\_\_\_ (从 D 行开始向后数 14 天)

若您/其他同住之人选择在隔离期第 5 天左右进行检测，则对早期发现和控制有所帮助；但是，若检测呈阴性，也并不意味着您不需要完成整个 14 天的隔离期。