

HƯỚNG DẪN VỀ CÁCH LY KIỂM DỊCH DÀNH CHO NGƯỜI TIẾP XÚC GẦN

1) Cách ly kiểm dịch là gì?

Trong thời gian cách ly kiểm dịch, quý vị sẽ ở nhà. Nếu có người khác trong hộ gia đình quý vị, quý vị nên cách ly với họ nhiều nhất có thể. Quý vị nên sử dụng các tùy chọn giao đồ thiết yếu không tiếp xúc (nếu có).

2) Tại sao tôi nên cách ly kiểm dịch?

Nếu quý vị đã từng tiếp xúc với COVID-19, quý vị sẽ cần cách ly kiểm dịch. Đây là hành động quan trọng mà quý vị có thể thực hiện để ngăn chặn bệnh lây lan rộng hơn. Ngay cả nếu quý vị không có triệu chứng, việc tránh xa những người khác cho đến khi đã qua khoảng thời gian thích hợp vẫn rất quan trọng. Mục tiêu của quý vị là ngăn chặn sự lây lan của COVID-19.

3) Tôi nên cách ly kiểm dịch trong bao lâu?

Thời gian cách ly kiểm dịch cho người đã tiếp xúc với COVID là **14 ngày** kể từ ngày cuối cùng họ tiếp xúc với người có thể gây lây nhiễm.

4) Ai nên cách ly kiểm dịch?

Một người mắc COVID được coi là có thể gây lây nhiễm từ 2 ngày trước khi các triệu chứng xuất hiện cho đến 10 ngày sau khi các triệu chứng xuất hiện (nếu họ không có triệu chứng, hãy sử dụng ngày có kết quả xét nghiệm dương tính).

Vì vậy, nếu quý vị gặp một người vào bữa trưa ngày mùng 1, và hai ngày sau họ phát triển các triệu chứng của COVID, thì quý vị đã tiếp xúc với họ trong thời kỳ lây nhiễm của họ và được coi là "người tiếp xúc gần" và cần phải cách ly kiểm dịch trong 14 ngày kể từ ngày quý vị tiếp xúc với họ (ngày 1).

5) Còn về xét nghiệm thì sao?

Một khi đã tiếp xúc với ca mắc COVID đã biết, việc có kết quả xét nghiệm âm tính trong khoảng thời gian cách ly kiểm dịch 14 ngày cũng **KHÔNG** giúp người tiếp xúc gần được miễn trừ khỏi các yêu cầu cách ly kiểm dịch. Có thể mất đến 14 ngày để vi-rút COVID ủ bệnh hoặc sao chép đủ trong cơ thể để xuất hiện trong xét nghiệm. Xét nghiệm vào ngày thứ 5 hoặc thứ 9 có thể cung cấp thông tin hữu ích nhưng cũng có thể quá sớm để cho kết quả chính xác.

6) Nếu trong hộ gia đình tôi có người có kết quả xét nghiệm dương tính thì sao?

Nếu quý vị sống trong cùng hộ gia đình với một người mắc COVID và người đó không thể cách ly hoàn toàn với những người khác trong các khu vực sinh hoạt riêng biệt, thì thời gian cách ly kiểm dịch 14 ngày dành cho người tiếp xúc gần của quý vị bắt đầu vào ngày CUỐI CÙNG quý vị ở gần họ khi họ vẫn ở trong thời kỳ lây nhiễm (10 ngày sau khi các triệu chứng của họ xuất hiện).

7) Tôi có thể tìm thêm thông tin về thời gian tôi nên cách ly kiểm dịch ở đâu?

Truy cập Quarantine Calculator (Công Cụ Tính Thời Gian Cách Ly Kiểm Dịch) của Washington State Department of Health (Sở Y Tế Tiểu Bang Washington): <http://bit.ly/QuarantineCalc>

Ví Dụ về Cách Ly Kiểm Dịch trong Hộ Gia Đình

Một thành viên trong hộ gia đình quý vị có kết quả xét nghiệm dương tính vào:

A: _____ (nhập ngày xét nghiệm vào đây).

Họ bắt đầu có các triệu chứng vào:

B: _____ (nhập ngày đầu tiên xuất hiện các triệu chứng vào đây).

Họ được coi là có thể gây lây nhiễm bắt đầu từ 2 ngày trước khi các triệu chứng xuất hiện cho đến khi:

C: _____ (đếm 10 ngày từ dòng B hoặc sử dụng ngày xét nghiệm nếu họ không có triệu chứng).

Vì quý vị là người tiếp xúc gần, thời gian cách ly kiểm dịch 14 ngày của quý vị bắt đầu vào:

D: _____ (ngày từ dòng C hoặc ngày cuối cùng quý vị ở gần họ trong hộ gia đình quý vị).

Vì quý vị là người tiếp xúc gần, thời gian cách ly kiểm dịch 14 ngày của quý vị kết thúc vào:

E: _____ (đếm 14 ngày từ dòng D)

Sẽ rất hữu ích cho việc phát hiện sớm và ngăn chặn bệnh lây lan nếu quý vị/các thành viên khác trong hộ gia đình chọn xét nghiệm vào khoảng ngày thứ 5, tuy nhiên, kết quả xét nghiệm âm tính KHÔNG có nghĩa là quý vị không cần hoàn tất toàn bộ thời gian cách ly kiểm dịch của quý vị.