

Hướng Dẫn Cách Ly và Kiểm Dịch



Nếu quý vị có kết quả dương tính hoặc bị phơi nhiễm COVID-19, quý vị có thể thực hiện một số bước quan trọng để bảo vệ bản thân và người khác.

Định nghĩa về cách ly và kiểm dịch?

Cách ly là khi quý vị ở nhà và tránh xa người khác, ngay cả thành viên trong gia đình của quý vị. Cách ly dành cho những người bị bệnh hoặc có kết quả dương tính với COVID-19.

Kiểm dịch là khi quý vị ở nhà và tránh xa người khác nếu quý vị đã bị phơi nhiễm với người nhiễm COVID-19 phòng trường hợp quý vị đã bị nhiễm. Kiểm dịch sẽ là tốt khi quý vị có nhiều khả năng bị bệnh và lây truyền virus sang người khác, hoặc khi quý vị có khả năng đã ở gần ai đó có thể bị bệnh nặng khi bị nhiễm COVID-19.

Khi nào tôi phải cách ly?

Khi quý vị có kết quả dương tính hoặc triệu chứng COVID-19, quý vị phải tránh xa người khác, ngay cả trong gia đình và ngay cả khi quý vị đã tiêm vắc-xin. Cách ly tối thiểu 5 ngày sau khi xuất hiện các triệu chứng, hoặc sau ngày có kết quả xét nghiệm dương tính đầu tiên nếu quý vị không có triệu chứng.

Kết thúc cách ly: Quý vị có thể kết thúc cách ly sau 5 ngày nếu kết quả xét nghiệm âm tính (sử dụng xét nghiệm kháng nguyên) vào ngày thứ 5 trở đi - miễn là quý vị không bị sốt và các triệu chứng ngày càng thuyên giảm. Nếu quý vị vẫn có kết quả dương tính vào ngày thứ 5 trở đi hoặc nếu quý vị không làm xét nghiệm, vui lòng cách ly 10 ngày, cho đến khi quý vị không bị sốt. Quý vị nên đeo [khẩu trang vừa vặn](#) khi ở quanh người khác - đặc biệt là trong môi trường khép kín - trong 10 ngày, ngay cả khi quý vị ngừng cách ly sớm hơn.

Tôi phải cách ly như thế nào?

Ở nhà ngoại trừ việc đi khám sức khỏe, và tránh ở cùng phòng với người khác, đặc biệt là những người [có nhiều khả năng bị bệnh](#):

- Trên 65 tuổi; đang mang thai, thừa cân nghiêm trọng; mắc bệnh mãn tính (như ung thư, tiểu đường, bệnh tim/phổi); có hệ thống miễn dịch kém

Nếu quý vị phải ở trong một không gian chung, thì vui lòng mở cửa sổ, nếu an toàn, để tăng lưu thông không khí hoặc sử dụng [máy làm sạch không khí và quạt thông gió](#). Yêu cầu mọi người đeo [khẩu trang vừa vặn](#).

Khi nào tôi phải kiểm dịch?

Khi quý vị đã bị phơi nhiễm với ai đó nhiễm COVID-19, ngay cả khi quý vị đã tiêm vắc-xin, vui lòng thực hiện xét nghiệm 3-5 ngày sau khi bị phơi nhiễm. Thực hiện cách ly nếu kết quả xét nghiệm dương tính. Nếu quý vị đã bị nhiễm COVID-19 trong 90 ngày qua, chỉ cần xét nghiệm khi quý vị có các triệu chứng mới, bằng xét nghiệm kháng nguyên. Trừ khi quý vị có các triệu chứng trong 10 ngày sau khi bị phơi nhiễm, quý vị không cần phải kiểm dịch.

Nếu quý vị sống hoặc làm việc trong [môi trường có nguy cơ cao](#), như viện dưỡng lão hoặc mái ấm, thì quý vị có khả năng phải kiểm dịch. Những người có [nguy cơ phơi nhiễm cao](#), chẳng hạn như có người trong gia đình có kết quả xét nghiệm dương tính, thì phải hết sức cẩn thận.

Để có được hướng dẫn đầy đủ về việc làm thế nào để kiểm dịch và cách ly, vui lòng truy cập cdph.ca.gov.

Cách ly khi quý vị có kết quả xét nghiệm dương tính với COVID-19, để bảo vệ người khác.

Ngày 1 là ngày **sau khi** các triệu chứng bắt đầu (hoặc **sau** ngày có kết quả xét nghiệm dương tính đầu tiên nếu quý vị không có triệu chứng).

Tính từ ngày 1 và xét nghiệm vào ngày thứ 5 (trở đi).

Gọi 911 nếu quý vị bắt đầu có các dấu hiệu cảnh báo khẩn cấp, bao gồm khó thở; tức ngực, đau ngực; môi, mặt hoặc móng tay tím tái; nhầm lẫn hoặc khó thức dậy; hoặc các triệu chứng nghiêm trọng khác.



Quét mã QR để xem các đường link tương tác trên tờ hướng dẫn này.

