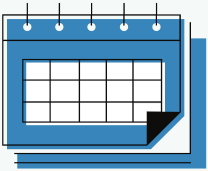


适用于已确诊或疑似 COVID-19 患者，了解他们何时可能不再具有传染性：



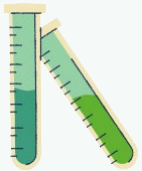
基于症状的策略



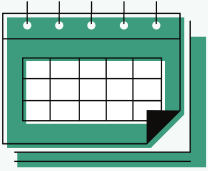
如果您有 **COVID-19** 症状，并被指示在家照顾自己，那么您可以在发生以下三件事后离开“病房”和走出家门：

- ✓ 自症状首次出现以来，至少已经过了 10 天，并且
- ✓ 至少 24 小时不发烧，未服用退烧药，并且
- ✓ 其他症状有所改善。

请注意，味觉或嗅觉的消失可能会持续数周或数月，但是这不应该延迟隔离结束的时间



基于时间的策略



如果您的 **COVID-19** 检测呈阳性，并且从未出现任何症状，但被指示在家照顾自己，那么如符合以下情况，您可以离开您的“病房”和走出家门：

- ✓ 自您第一次 COVID-19 阳性诊断检测之日起已至少过了 10 天，并且
- ✓ 测试后您一直没有症状。



有严重至重症疾病或有严重免疫抑制的 COVID-19 患者，可能需要待在家里超过 10 天。这些人可以考虑在咨询传染病专家后，使用基于检测的策略停止隔离。

- 恢复后可能需要更长的时间期限，以尽量减少以下人员的活性病毒长时间脱落的机率：1) 与重症 COVID-19 高危易感人群密切接触的医疗保健人员，和 2) 患有可能削弱其免疫系统的病症的人。这些人应该咨询他们的医疗保健提供者。
- 医疗保健人员应在隔离期间禁止工作，并遵循通用感染源控制的[复工惯例和工作限制](#)，并自我监控症状。
- 基于旨在预防大多数进一步传播情况的[中止在非医疗保健环境中的隔离](#)的 CDC 指南。

如果您在 COVID-19 患者具有传染性*时和其有过密切接触，请在最后一次接触后 14 天内监测出现的任何症状，并遵守所有建议（如戴口罩、注意社交距离、经常洗手）。

密切接触包括：

- 24 小时内与 COVID-19 患者的距离在 6 英尺之内，且总时长为 15 分钟或更久，或
- 曾接触过 COVID-19 患者的呼吸道分泌物（如，接触到咳嗽或打喷嚏时产生的飞沫、共用水杯或器皿、亲吻等），或

- 为 COVID-19 患者提供护理，或
- 和 COVID-19 患者住在一起

*COVID-19 患者在生病前 2 天（或者如果他们从来没有出现症状，则是检测样本采集前 2 天）直到他们符合解除隔离的标准期间都被认为具有传染性。

家庭接触

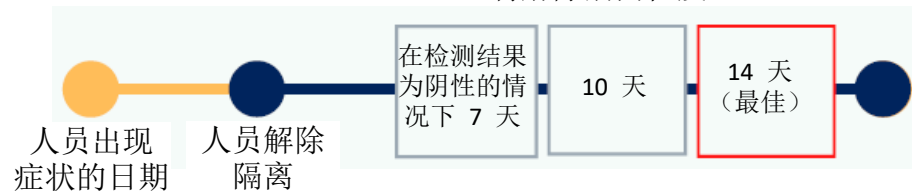
VDH 建议您，当感染者在家时，您应该进行**隔离检疫**（待在家中），并且在此人解除隔离后，请您继续在家中待**14 天**。



如果您不能在家待额外的 14 天，并且没有症状，则可以提早离开家：

- 在没有进行检测的情况下 10 天后；或
- 第 5 天或之后进行 PCR 或抗原检测，在结果为阴性的情况下 7 天后。

家庭接触者如果没有生病，
将解除隔离检疫



如果您可以和家中的 COVID-19 患者完全分隔开**（这表示没有接触，没有一起待在同一个房间的时候，没有共用任何区域，例如同一个卫生间或卧室），那么遵守非家庭接触时间表

非家庭接触

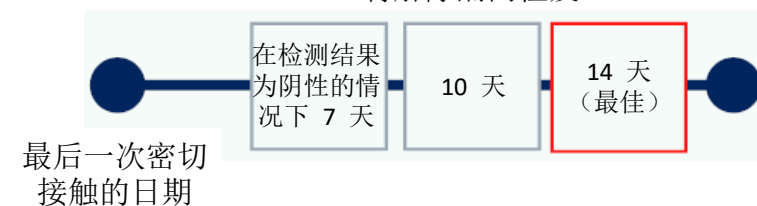
VDH 建议您，在最后一次和 COVID-19 患者密切接触之日后**14 天内进行隔离检疫**（待在家中）。



如果您不能在家待 14 天，并且没有症状，则可以提早离开家：

- 在没有进行检测的情况下 10 天后；或
- 第 5 天或之后进行 PCR 或抗原检测，在结果为阴性的情况下 7 天后。

非家庭接触者如果没有生病，
将解除隔离检疫





医护 人员

无症状医护人员（HCP）有可能接触到感染COVID-19（新冠肺炎）的患者、来访者或其他医护人员，我们可能会[评估](#)这些无症状医护人员的[接触情况](#)评估，并就最近一次接触后14天内的[工作限制提出建议](#)。接触包括在未使用适当的个人防护设备（PPE）时进行近距离接触，尤其是在可能产生气溶胶的工作过程中。如果发生人手短缺，则可能无法让有接触情况的医护人员离开工作岗位，请参见[缓解医护人员短缺策略](#)。已完整完成COVID-19疫苗接种，且无潜在免疫功能缺陷的无症状医护人员，如果发生与工作场所或社区相关的接触，无需居家（隔离）或被限制工作。医护人员应继续遵循所有[旅行建议](#)。



关键 基础设施 工作人员

VDH建议，担任关键基础设施职责的人员（根据 [CISA 框架](#)所定义）在最近一次发生接触后应**隔离14天**。如果您无法居家隔离14天，且无症状，则可以遵照以下要求提前结束居家隔离：

- 未经检测的情况下，10天后可离开家；或
- 隔离第5天或之后接受核酸检测（PCR）或抗体检测结果为阴性的情况下，7天后可离开家。

除教育部门工作人员外，发生接触的关键基础设施工作人员如果无任何症状，且在保护自身及社区安全方面采取了额外预防措施，可以继续工作。

请遵循VDH针对关键基础设施工作人员（[非医护人员](#)）可能发生[COVID-19接触的建议](#)。



发生 接触后 无需 隔离的 人员

以下人员：

- 过去3个月内感染过COVID-19，只要未再出现新症状即可。
- 已完整完成COVID-19疫苗接种，只要无症状，且不是住院患者或居住在医疗机构中即可。医疗机构包括医院和长期护理机构（例如养老院、辅助生活机构）。
 - 完整完成接种是指，自两剂次疫苗的第二剂接种后已经过两周或更长时间，或单剂次疫苗的单剂接种后已经过两周或更长时间。
 - 如果您所患的病症或正在服用的药物会削弱免疫系统，那么即使完整完成疫苗接种，也可能**无法完全保障您的安全**。您应与您的医疗保健提供机构就此进行沟通。即使已完成疫苗接种，您可能仍需继续采取[全面的预防措施](#)。

发生接触后无需隔离的人员在14天内仍必须留意COVID-19症状，并应继续遵循有关佩戴口罩、保持社交距离、避开人群和勤洗手的[公共卫生建议](#)。