

COVID-19

PAGBUBUKOD AT PAG-QUARANTINE

May Iba Pang Tanong? Tingnan ang: www.vdh.virginia.gov/coronavirus/

Ano ang Pagkakaiba?

Pagbubukod

Ang paghihiwalay mula sa iba ng mga taong may COVID-19.

Kailangan ng mga taong nakabukod na manatili sa bahay at ihiwalay ang kanilang sarili mula sa ibang nasa bahay hangga't maaari, [hanggang sa ligtas nang ipagpatuloy ang normal na mga aktibidad.](#)



Pag-quarantine

Ang paghihiwalay sa iba ng mga taong may **nakasalamuhang** isang taong may COVID-19.

Ang ibig sabihin ng **close contact** o **nakasalamuha** ay ang posibleng pagkakatapat sa isang taong may COVID-19. Alamin ang higit pa [rito](#).

Ang mga taong nagko-quarantine ay dapat manatili sa bahay at subaybayan nang mabuti ang kanilang kalusugan kung sakaling magkasakit sila, [hanggang sa ligtas nang makisalamuha sa iba](#). May [ilang eksepsyon](#) (ibig sabihin, para sa lubos nang nabakunahan o kamakailang naka-recover na mga tao).

Kailan ligtas na ipagpatuloy ang mga normal na aktibidad?

Nagkaroon ako ng sakit na COVID-19

Ligtas nang wakasan ang pagbubukod sa bahay kapag: Hindi bababa sa **10 araw** na ang lumipas simula nang unang nagkaroon ng mga sintomas

AT

Wala ka nang lagnat sa loob ng hindi bababa sa **24 na oras** (nang walang ginagamit na gamot) **at** bumubuti na ang iba pang palatandaan ng sakit.

Na-diagnose akong may COVID-19 pero hindi kailanman nagkasakit

Ligtas nang wakasan ang pagbubukod sa bahay kapag: Hindi bababa sa **10 araw** na ang lumipas mula noong araw na nakolekta ang iyong specimen para sa pagsusuri.

Hindi nakatira sa aking bahayang taong nakasalamuha ko

Inirekomenda ng VDH na mag-quarantine ka (manatili sa bahay) sa loob ng **14 na araw** pagkatapos ng huling pakikisalamuha mo sa taong may COVID-19.

Kasambahay ko ang taong nakasalamuha ko

Kung hindi mo magagawang lubos na humiwalay sa taong may COVID-19, inirekomenda ng VDH na mag-quarantine (manatili sa bahay) sa loob ng **14 karagdagang araw** matapos payagan ang taong may COVID-19 na wakasan ang pagbubukod.

Ang pananatili sa bahay sa loob ng 14 na araw pagkatapos ng iyong huling pagkakatapat ang pinakaligtas gawin

Kung hindi mo magawang manatili sa bahay sa loob ng 14 na araw **at** wala kang mga sintomas, alamin ang higit pa tungkol sa ligtas na pag-alis ng bahay nang maaga [rito](#).

Kung natapos mo nang maaga ang pag-quarantine o maging negatibo sa panahon ng iyong pag-quarantine, dapat mo pa ring subaybayan kung magkaroon ng mga sintomas at sundin ang lahat ng iba pang rekomendasyon (hal., magsuot ng mask, bantayan ang iyong distansya, iwasan ang matataong lugar, madalas na maghugas ng iyong mga kamay) sa buong 14 na araw.