



Làm thế nào để biết là tôi không còn có thể làm lây COVID-19 cho những người khác?

Ở nhà cho đến khi quý vị hoàn thành giai đoạn cách ly cô lập, có nghĩa là:

- Đã ít nhất 10 ngày trôi qua kể từ khi các triệu chứng bắt đầu xuất hiện, hoặc kể từ ngày quý vị làm xét nghiệm (nếu không có triệu chứng); **VÀ**
- Đã ít nhất 24 giờ trôi qua kể từ khi quý vị hết sốt mà không cần dùng thuốc hạ sốt; **VÀ**
- Các triệu chứng khác đã đỡ.

Ngày không (0) là ngày quý vị bắt đầu có các triệu chứng hoặc ngày quý vị có kết quả xét nghiệm dương tính. Vào Ngày 11, quý vị có thể kết thúc cách ly cô lập.

Tôi có thể bị tái nhiễm COVID-19 không?

Có, mặc dù rất ít khả năng là quý vị sẽ tái nhiễm trong 90 ngày đầu tiên kể từ ngày nhiễm bệnh lần đầu. Nếu quý vị xuất hiện các triệu chứng COVID-19 hoặc tiếp xúc với người mắc COVID-19, hãy liên lạc với bác sĩ hoặc y viện của quý vị để biết cần làm gì tiếp theo. Quan trọng là quý vị vẫn cần phải đeo khẩu trang và tuân thủ quy định hướng dẫn khác về ngừa bệnh, chẳng hạn như giãn cách tiếp xúc và rửa tay, sau khi quý vị mắc COVID-19.

Tôi có thể chích ngừa vắc-xin không?

Có. Do các nguy cơ sức khỏe nghiêm trọng gắn liền với COVID-19, quan trọng là quý vị cần đi chích ngừa vắc-xin ngay cả khi quý vị đã mắc COVID-19 hoặc có kết quả xét nghiệm dương tính với SARS-CoV-2. Khả năng miễn dịch được tạo ra do nhiễm bệnh - gọi là “miễn dịch tự nhiên” - thường khác nhau tùy theo mỗi người, và nguy cơ tái nhiễm SARS-CoV-2 có thể tăng dần theo thời gian.

Mặc dù số lượng vắc-xin còn hạn chế, quý vị có thể chờ tới 90 ngày sau khi mắc COVID-19 mới đi chích ngừa vắc-xin, tuy nhiên đây không phải là yêu cầu bắt buộc.

- Nếu quý vị hiện mắc COVID-19 hoặc gần đây có kết quả xét nghiệm dương tính với SARS-CoV-2, quý vị nên hoãn việc chích ngừa cho đến khi hết các triệu chứng (nếu quý vị có triệu chứng) VÀ cho đến khi kết thúc giai đoạn cách ly cô lập.
- Nếu quý vị đã được điều trị COVID-19 bằng các kháng thể đơn dòng hoặc huyết thanh của bệnh nhân đã khỏi bệnh, quý vị nên chờ ít nhất 90 ngày trước khi đi chích ngừa vắc-xin COVID-19. Nói chuyện với bác sĩ nếu quý vị không biết chắc quý vị đã được điều trị theo phương pháp nào hoặc nếu quý vị có thêm thắc mắc về việc chích ngừa vắc-xin.

Có thể xem quy định hướng dẫn của CDC [ở đây](#).

Tôi có thể hiến máu hoặc “huyết tương của người đã khỏi bệnh” không?

Quý vị có thể hiến máu sau khi đã khỏi bệnh COVID-19 và kết thúc giai đoạn cách ly cô lập. Liên lạc với trung tâm hiến máu tại địa phương để biết quý vị cần phải chờ bao lâu kể từ khi khỏi bệnh cho đến khi hiến máu.

Nếu quý vị đã bình phục hoàn toàn sau khi mắc COVID-19, quý vị có thể giúp đỡ các bệnh nhân hiện đang chiến đấu với căn bệnh này bằng cách hiến tặng huyết tương của quý vị. Huyết tương là một thành phần trong máu có chứa các kháng thể, đây là các protein do cơ thể tạo ra để chống lại các chứng viêm nhiễm. Vì quý vị từng nhiễm bệnh, nên “huyết tương của người khỏi bệnh” của quý vị hiện có các kháng thể COVID-19. Việc hiến tặng huyết tương của người đã khỏi bệnh cho những người nằm viện hiện đang chiến đấu với COVID-19 có thể giúp họ bình phục. Liên lạc với trung tâm hiến máu tại địa phương của quý vị nếu quý vị từng mắc COVID-19 và muốn hiến tặng huyết tương.



**ALAMEDA COUNTY HEALTH CARE SERVICES AGENCY
PUBLIC HEALTH DEPARTMENT**

Colleen Chawla – Agency Director
Kimi Watkins-Tartt – Director
Nicholas Moss, MD – Health Officer

Contact

Public Health Department:
(510) 267-8000 Main Line

COVID-19 Information:
(510) 268-2101

www.acphd.org