



Quý vị có phải là người tiếp xúc gần không?

Quý vị là người tiếp xúc gần nếu ở cùng không khí bên trong nhà với người bị COVID-19 từ 15 phút trở lên trong vòng 24 giờ.



Nếu Quý vị Đã Tiếp Xúc với Bệnh Nhân Nhiễm COVID-19 (Tiếp Xúc Gần)	Những Hành Động để Bảo Vệ Người Khác
<p>Nếu đã tiếp xúc với người bị COVID-19, thì quý vị KHÔNG phải cách ly. Tuy nhiên, nếu quý vị thấy có các triệu chứng của bệnh, thì cần cô lập ngay rồi làm thử nghiệm COVID-19!</p> <p>Tiếp xúc nghĩa là ở cùng không khí bên trong nhà tổng cộng 15 phút trong vòng 24 giờ. 3 lần tiếp xúc khác nhau, mỗi lần kéo dài 5 phút thì tổng thời gian tiếp xúc là 15 phút)</p> <p>Nếu bị COVID-19, quý vị có thể bắt đầu làm lây lan siêu vi 2 ngày trước khi bắt đầu thấy các triệu chứng như ho, đau rát họng, tiêu chảy, mệt mỏi, hoặc nhức đầu (hoặc 2 ngày trước khi có kết quả thử nghiệm dương tính nếu quý vị không hề thấy bị bệnh).</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Làm thử nghiệm COVID-19 sau khi tiếp xúc 3 hoặc 5 ngày. • Đeo khẩu trang vừa khít khi ở gần người khác trong 10 ngày, đặc biệt là khi ở bên trong nhà. • Theo dõi chặt chẽ các triệu chứng trong 10 ngày. <ul style="list-style-type: none"> • Nếu xuất hiện triệu chứng, quý vị cần ở tại nhà và tránh xa những người khác cho đến khi quý vị có thể làm thử nghiệm COVID-19. Nếu quý vị có kết quả thử nghiệm lần đầu tiên âm tính, thì hãy đợi 24 đến 48 giờ rồi làm thử nghiệm COVID-19 lần nữa vì một số người bị COVID-19 không cho kết quả thử nghiệm dương tính ngay lập tức. • Nếu quý vị có kết quả thử nghiệm COVID-19 dương tính, thì cần tuân theo hướng dẫn cô lập: https://bit.ly/AC-C19 • Những người sống, làm việc hoặc viếng thăm những nơi được coi là có nguy cơ cao lây lan COVID-19 nghiêm trọng hoặc có người dễ bị nhiễm (như: nhà điều dưỡng, nhà tù, nơi ở tạm cho người vô gia cư) nên tuân theo hướng dẫn thêm từ cơ sở.

Ghi chú: Dù không cần cách ly, quý vị vẫn nên tránh tiếp xúc với những người có nguy cơ cao bị COVID-19 nghiêm trọng trong 10 ngày như: lão niên, người có bệnh trạng mãn tính, người có bệnh trạng làm yếu hệ miễn dịch, và người chưa chủng ngừa. Vào <https://bit.ly/AC-C19> để biết thêm thông tin/tài nguyên.

Vào: www.bit.ly/Vx-Eligible để biết thêm thông tin về chủng ngừa hoặc tiêu chuẩn được liều bồi dưỡng.

Hướng Dẫn Đeo Khẩu Trang:

Đeo khẩu trang vừa khít trong 10 ngày sau khi tiếp xúc là việc làm cần thiết để bảo vệ những người khác. Xin xem đường nối này để biết thông tin về cách dùng khẩu trang hiệu quả nhất:

<https://www.cdph.ca.gov/Programs/CID/DCDC/Pages/COVID-19/Get-the-Most-out-of-Masking.aspx>



**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