

# 我需要檢疫隔離多長時間？



## 常見問題

### 什麼是檢疫隔離 (quarantine) ？

檢疫隔離能讓接觸過SARS-CoV-2（引起COVID-19的病毒）的人遠離他人。



<p style="writing-mode: vertical-rl; text-orientation: upright;">檢疫隔離</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 未接種疫苗</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 從您最後一次與COVID-19患者接觸開始，至少要居家隔離5天時間。</li> <li>• 如果您一直未出現症狀，隔離可以在第5天後結束。             <ul style="list-style-type: none"> <li>➢ 到了第5天或第5天後，您應該在結束隔離之前進行COVID-19檢測。</li> <li>➢ 如果檢測結果為陽性，請遵循醫學隔離建議。</li> <li>➢ 如果無法檢測或選擇不做檢測，最好隔離10天。</li> </ul> </li> <li>• 在10天內，尤其對於室內環境，當周圍有其他人時，請佩戴貼合良好的口罩（請查看下方的口罩佩戴指南獲取更多資訊）。</li> <li>• 如果您出現了症狀，請盡可能待在家中並進行檢測。如果您無法檢測或檢測結果為陽性，請遵循醫學隔離建議。</li> </ul>
<p style="writing-mode: vertical-rl; text-orientation: upright;">無需檢疫隔離</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 完全接種</li> <li>• 距上一次COVID-19感染還未超過90天</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 在第5天進行檢測             <ul style="list-style-type: none"> <li>➢ 如果檢測結果為陽性，請遵循醫療隔離建議</li> <li>➢ 例外情況：如果曾經感染過COVID-19，在感染後的90天內您都無需進行檢測。</li> </ul> </li> <li>• 在10天內，尤其對於室內環境，當周圍有其他人時，請佩戴貼合良好的口罩（請查看下方的口罩佩戴指南獲取更多資訊）。</li> <li>• 如果您出現了症狀，請盡可能待在家中並進行檢測。如果您無法檢測或檢測結果為陽性，請遵循醫學隔離建議。</li> <li>• 生活或工作的場所被認為有較高發生嚴重COVID-19傳播風險或是存在易感人羣（如養老院、監獄、收容所）的人員或定期訪問這些地方的人員應遵循該場所的其他指引。</li> </ul>

### 注釋 (4/18/22) :

阿拉米達縣地方衛生管轄區依然遵循疾控中心（CDC）的指導方針，這些指導方針比加州公共衛生部和柏克萊市目前採用的指導方針更為嚴格，因為後者屬於獨立的地方衛生管轄區。上述指南列出的是阿拉米達縣的最低要求，但傳播風險在5天之後依然存在。最安全的選擇依舊是在10天內與他人保持距離。

欲瞭解疫苗或加強針資格的相關資訊，請瀏覽：[www.bit.ly/Vx-Eligible](http://www.bit.ly/Vx-Eligible)

### 口罩佩戴指南：

在您接觸病毒之後的10天內，佩戴貼合良好的口罩是保護他人的關鍵。關於如何最為有效的使用口罩，請參考此連結：

<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](http://www.acphd.org)