ALAMEDA COUNTY HEALTH CARE SERVICES AGENCY
PUBLIC HEALTH DEPARTMENT
www.acphd.org

Colleen Chawla, Director
Kimi Watkins-Tartt, Director
Erica Pan, MD, MPH, Interim County Health Officer

Mga Tagubilin sa Pagbubukod (Isolation) at Pag-quarantine sa Bahay para sa Mga Taong May Coronavirus-2019 (COVID-19) Pagkahawa at Mga Nakasalamuha Nila sa Bahay o Malalapit Nilang Nakasalamuha (Close Contact)

1) Kung mayroon kayong kumpirmasyon mula sa lab o kung may diagnosis kayo ng doktor na mayroon kayong COVID-19, saklaw kayo ng Kautusan sa Pagbubukod (Isolation) ng Health Officer sa http://www.acphd.org/2019-ncov/resources/quarantine-and-isolation

2) Kung may kasama kayo sa bahay o kung may malapit kayong nakasalamuha na may COVID-19, saklaw kayo ng Kautusan sa Quarantine ng Health Officer sa http://www.acphd.org/2019-ncov/resources/quarantine-and-isolation

3) Para sa mga empleyadong walang sintomas at mga personnel para sa pangangalagang pangkalusugang tine-test bilang bahagi ng mga gawain sa pagte-test sa trabaho, hindi kailangang bumukod o mag-isolate habang naghihintay ng mga resulta. Gayunpaman, kailangan ang pagbubukod o isolation para sa anumang positibong resulta ng test at para sa sinumang tine-test dahil sa mga pinaghihinalaang sintomas ng COVID-19.

Mga Tagubilin sa Pagbubukod o Isolation sa Bahay

Kung na-diagnose kayong may COVID-19, dapat ninyong sundin ang mga sumusunod na hakbang sa Pagbubukod o Isolation sa Bahay para maiwasan ang pagkalat ng sakit. Kung na-test kayo dahil sa mga pinaghihinalaang sintomas ng COVID-19 at naghihintay kayo ng mga resulta ng test, sundin ang mga sumusunod na tagubilin sa Pagbubukod o Isolation hanggang sa dumating ang mga resulta ng test. Kung negatibo ang inyong resulta, wala nang kailangan pang gawin, hindi nalalapat sa inyo ang mga tagubiling ito.

Manatili sa bahay hanggang sa gumaling kayo

- Ang karamihan sa mga taong may COVID-19 ay magkakaroon ng banayad na sakit, at maaari silang gumaling sa bahay sa pamamagitan ng tamang pangangalaga nang hindi na kailangang kumonsulta sa isang provider. Kung kayo ay 65 taong gulang pataas, buntis, o may kondisyon sa kalusugan gaya ng sakit sa puso, hika, sakit sa baga, diabetes, sakit sa bato, o mahinang immune system, mas namemeligro kayo sa mas malalang sakit o mga kumplikasyon.
- Huwag pumunta sa trabaho, paaralan, o mga pampublikong lugar.
- Manatili sa bahay sa loob ng hindi bababa sa 10 araw pagkatapos ng unang araw ng inyong pagkakasakit AT hindi bababa sa 3 araw pagkatapos ninyong gumaling. Ang ibig sabihin ng paggaling ay wala na kayong lagnat sa loob ng 72 oras nang hindi umiinom ng gamot sa lagnat (hal. Tylenol®) at bumuti na ang mga sintomas ninyo sa baga (hal. ubo, hirap sa paghinga).
- Kung hindi kayo kailanman nagkasakit ngunit mayroon kayong COVID-19, manatili sa bahay sa loob ng hindi bababa sa 10 araw pagkatapos ng petsa ng inyong test.
- Ang mga tao sa inyong bahay, ang mga karelasyon ninyo, at ang inyong mga tagapangalaga o caregiver ay itinuturing na mga "close contact" o malalapit na nakasalamuha, at

Mga Tagubilin sa Pag-quarantine sa Bahay

Kung nakatira kayo sa iisang bahay O may malapit kayong nakasalamuha na na-diagnose ng COVID-19 (kabilang ang mga nakasalamuha mula 48 oras bago sila nakaramdam ng anumang sintomas hanggang sa ibukod o i-isolate nila ang kanilang sarili), dapat ninyong sundin ang mga sumusunod na hakbang sa Pag-quarantine sa Bahay. Maaaring umabot nang hanggang 2-14 na araw bago lumabas ang mga sintomas, kaya maaaring hindi ninyo alam sa loob ng hanggang 14 na araw kung nahawa kayo o hindi. Mahalagang manatili sa bahay at subaybayan ang sarili ninyong kalusugan sa panahong ito para maiwasang potensyal na makahawa sa iba.

Manatili sa bahay para malaman kung magkakaroon kayo ng mga sintomas

- Ang huling araw ninyo ng quarantine ay 15 araw mula noong huli ninyong malapit na pakikisalamuha sa taong may COVID-19. Kung magpapatuloy kayo sa malapit na pakikisalamuha, magsisimula ulit ang 15 araw na tagal ng quarantine.
  - Nangangahulugan ang malapit na pakikisalamuha o close contact na nakisalamuha kayo sa layong wala pang 6 na talampakan sa taong may COVID-19 sa loob ng lampas 15 minuto, o hinawakan ninyo ang mga fluid o secretion ng kanyang katawan nang walang naaangkop na pag-iingat.
  - Kung hindi ninyo maiiwasan ang malapit na pakikisalamuha, dapat kayong manatiling naka-quarantine hanggang 15 araw pagkatapos makumpleto ng taong may COVID-19 ang kanyang pagbubukod o isolation. Malamang ay hindi ito bababa sa 24 na araw sa kabuuan.

Paano kung magkakaroon kayo ng mga sintomas?

- Kabilang sa mga sintomas ng COVID-19 ang ubo, kakapusan o hirap sa paghinga, lagnat, nilalamig, pangingnig dahil sa lamig, masakit na kalamnan, sakit ng ulo, sakit sa lalamunan, o kawalan ng panlasa o pang-amoy.
- Kung magkakaroon kayo ng mga sintomas,

dapat nilang sundin ang Mga Tagubilin sa Pag-quarantine sa Bahay. Kabilang dito ang mga taong malapit na nakisalamuha sa inyo sa loob ng 48 oras bago magsimula ang inyong mga sintomas hanggang sa ibukod o i-isolate ninyo ang inyong sarili. Pakibahagi ang dokumentong ito sa kanila.

Paano kung hindi ninyo maihiwalay ang inyong sarili sa iba?

- Ang sinumang mananatiling malapit na nakikisalamuha sa inyo ay kakailanganing magsimulang muli ng bagong yugto ng quarantine sa loob ng 15 araw mula noong huling araw na nakasalamuha nila kayo, o mula sa petsa ng paglabas ninyo.

maaaring may COVID-19 kayo at dapat ninyong sundin ang Mga Tagubilin sa Pagbubukod o Isolation sa Bahay.

- Subaybayang maigi ang inyong mga sintomas at humingi ng medikal na pangangalaga kung lalala ang mga sintomas. Hindi ninyo kailangang i-test para lang kumpirmahing may sakit kayo, dahil ang karamihan sa mga taong may impeksyon sa baga, kabilang ang COVID-19, ay banayad lang ang magiging sakit na maaaring gumaling sa pamamagitan ng pangangalaga habang nasa bahay. Kung gusto ninyong magpa-test, ang isang negatibong resulta sa test sa loob ng 14 na araw ay hindi nangangahulugang hindi na kayo magpopositibo sa hinaharap. Dapat kayong manatiling naka-quarantine sa loob ng buong 14 na araw. **Higit Pa sa Susunod na Pahina**

Mga Paghihigpit at Impormasyong Parehong Nalalapat sa Pagbubukod (Isolation) at Pag-quarantine sa Bahay

- Manatili sa bahay. Huwag pumunta sa trabaho, paaralan, o mga pampublikong lugar.
- Ihiwalay ang sarili sa ibang tao sa bahay ninyo. Manatili sa loob ng isang takdang silid at manatiling malayo sa iba pang nakatira sa inyong bahay hangga't maaari. Mahalagang layuan ang mga taong mas mataas ang peligrong magkaroon ng malalang sakit.
- Gumamit ng bukod na banyo, kung mayroon.
- Huwag maghanda o maghain ng pagkain para sa iba
- Huwag tumanggap ng mga bisita sa inyong bahay.
- Huwag gumamit ng mga pampublikong transportasyon, ride share, o taxi.

Iwasan ang pagkalat:

- Magtakip kapag umuubo at bumabahing. Takpan ang inyong bibig at ilong gamit ang tisyu o bumahing gamit ang loob ng inyong siko -- huwag sa inyong kamay -- pagkatapos ay itapon ang tisyu sa basurahang may supot at hugasan agad ang inyong mga kamay.
- Hugasan nang madalas at maigi ang inyong mga kamay gamit ang sabon at tubig sa loob ng hindi bababa sa 20 segundo - lalo na pagkatapos umubo, bumahing, o suminga, o pagkatapos gumamit ng banyo. Maaaring gamitin ang mga alcohol-based na hand sanitizer na naglalaman ng minimum na 62% alcohol sa halip na sabon at tubig kung hindi naman kitang-kitang marumi ang mga kamay.
- Iwasang makigamit ng mga gamit sa bahay. Huwag ipagamit ang inyong mga plato, tasa, kutsara't tinidor, tuwalya, kobre-kama, at iba pang gamit sa mga tao sa inyong bahay. Pagkatapos gamitin ang mga ito, hugasang maigi ang mga ito gamit ang sabon at tubig. Maaaring maglaba sa karaniwang washing machine gamit ang maligamgam na tubig at sabong panlaba; maaaring maglagay ng bleach pero hindi naman ito kailangan.
- Linisin at i-disinfect ang lahat ng bagay na madalas hawakan araw-araw. Kabilang sa mga bagay na madalas hawakan ang mga counter, ibabaw ng mesa, doorknob, fixture, palikuran, telepono, remote ng TV, susi, keyboard, mesa, at mesa sa gilid ng kama. Linisin at i-disinfect din ang anumang lugar na posibleng may mga fluid na mula sa katawan. Gumamit ng mga spray at wipe sa paglilinis at pag-disinfect ng bahay, ayon sa mga tagubiling nasa label ng produkto.

Alagaan ang sarili sa bahay:

- Magpahinga, uminom ng maraming fluid, uminom ng acetaminophen (Tylenol®) para mapababa ang lagnat at maibsan ang pananakit.
    - Tandaang ang mga batang wala pang 2 taong gulang ay hindi dapat bigyan ng kahit na anong over-the-

counter na gamot sa sipon
nang hindi muna kumokonsulta sa doktor.

  - Tandaang hindi "nilulunasan" ng mga gamot ang COVID-19, at hindi kayo pinipigilan ng mga ito na maikalat ang mikrobyo.

- Humingi ng medikal na pangangalaga kung lalala ang inyong mga sintomas, lalo na kung mataas ang peligro ninyong magkaroon ng malubhang sakit.
- **Kabilang sa mga sintomas na nagsasabing dapat na kayong humingi ng medikal na pangangalaga ang mga sumusunod**:

- Kung posible, tumawag <u>muna</u> bago pumunta sa klinika ng inyong doktor o ospital at sabihan silang Nakabukod o Naka-isolate kayo dahil sa COVID-19 para makapaghanda ang personnel sa pangangalagang pangkalusugan sa pagdating ninyo at para maprotektahan ang iba mula sa pagkakahawa.

  - <u>Huwag</u> maghintay sa kahit saang waiting room at magsuot ng facemask sa lahat ng pagkakataon kung posible.
  - Kung tatawag kayo sa 911, dapat ninyong abisuhan ang dispatch at mga paramedic na nakabukod o naka-isolate kayo dahil sa COVID-19.
  - HUWAG gumamit ng pampublikong transportasyon.

Aabisuhan ba ng Public Health ang pinagtatrabahuhan kong lugar?

Hindi mag-aabiso o maglalabas ang Public Health ng anumang personal na impormasyon tungkol sa inyo sa pinagtatrabahuhan ninyong lugar maliban na lang kung kailangan para protektahan ang kalusugan ninyo o ang kalusugan ng iba.

Salamat sa pakikiisa ninyo para sa mahalagang usaping ito sa pampublikong kalusugan.

Maaaring nakaka-stress ang COVID-19 sa mga tao, narito ang ilang tip sa pamamahala sa emosyonal na kalusugan sa mga panahon ng kawalan ng kasiguraduhan:
http://www.acphd.org/media/558462/covid19-managing-emotional-health-20200306.pdf.

Ang mga expanded na bersyon ng mga tagubiling ito at ang lahat ng Kautusan ng Health Officer ay available sa: http://www.acphd.org/2019-ncov/resources/quarantine-and-isolation. Kung mayroon kayong mga karagdagang tanong, pakibisita ang www.acphd.org, tawagan ang aming pangkalahatang linya para sa COVID sa 510-268-2101, o i-email kami sa ncov@acgov.org.

KAUTUSAN MULA SA HEALTH OFFICER PARA SA PAGKONTROL SA COVID-19 Blg. 20-05c

Kautusan tungkol sa **Pagbubukod** (Isolation) para sa Emergency sa Pampublikong Kalusugan

Petsa sa Paghahain ng Kautusan: Abril 3, 2020, binago noong Mayo 4, 2020 at susugan noong Hunyo 8, 2020

May bisa ang Kautusang ito hangga't hindi binabawi ng Health Officer sa pamamagitan ng sulat.

BUOD NG KAUTUSAN

Nasa Pang-emergency na Katayuan o State of Emergency ang California dahil sa COVID-19 pandemic. Ang pagkalat ng Novel Coronavirus (COVID-19) ay malaking panganib sa kalusugan ng publiko sa loob ng County ng Alameda. Mabilis maikalat ang COVID-19 sa mga taong malapit na nakikisalamuha sa bawat isa (close contact). Inihain ang Kautusang ito batay sa mga siyentipikong ebidensya at pinakamahuhusay na kasanayan na kasalukuyang kinikilala at available para protektahan ang mga bulnerableng miyembro ng publiko laban sa mga naiiwasang peligro ng malubhang pagkakasakit o pagkamatay dahil sa pagkaka-expose sa Coronavirus Disease 2019 (COVID-19). Ang edad, kondisyon, at kalusugan ng malaking bahagi ng populasyon ng County ng Alameda ("County") ang naglalagay rito sa peligro ng malulubhang kumplikasyon sa kalusugan, kabilang ang pagkamatay, na dulot ng COVID-19. Dumarami na ang mga ebidensya ng posibilidad ng pagkakahawa mula sa mga taong may sakit ngunit wala pang mga sintomas. Ibig sabihin, ang lahat ng indibidwal na nadapuan ng COVID-19, anuman ang antas ng kanilang mga sintomas (wala, banayad, o malala), ay posibleng makapagdulot ng malaking panganib sa mga bulnerableng miyembro ng publiko. Sa kasalukuyan, walang available na bakuna para magbigay ng proteksyon laban sa COVID-19, at wala itong tukoy na lunas.

Para makatulong sa pagpapabagal ng pagkalat ng COVID-19, pagprotekta sa mga bulnerableng indibidwal, at pag-iwas na mabigatan ang sistema ng pangangalagang pangkalusugan sa County ng Alameda, kailangan ng Public Health Department ng Alameda County ("Public Health") na ipag-utos ang pagbubukod o pag-isolate sa mga taong may COVID-19.

SA ILALIM NG KAPANGYARIHAN NG CALIFORNIA HEALTH AND SAFETY CODE MGA SEKSYON 101040, 101085, AT 120175, INIUUTOS NG HEALTH OFFICER NG COUNTY NG ALAMEDA ANG MGA SUMUSUNOD:

Ang lahat ng indibidwal na na-diagnose o posibleng may COVID-19 ay dapat ibukod o i-isolate ang kanilang mga sarili. Kailangang sundin ng mga taong ito ang lahat ng tagubiling nasa Kautusang ito at ang mga dokumentong gabay ng Public Health na binabanggit sa Kautusang ito.

Isang krimen ang paglabag sa Kautusang ito, na may parusang multa na hanggang $10,000 at/o isang taong pagkakakulong. (Health & Saf. Code §§ 120295 et seq.; Cal. Penal Code §§ 69 & 148)

Mga Kinakailangan sa Pagbubukod o Isolation ng Mga Indibidwal na Na-diagnose o Posibleng May COVID-19

A. **Ang lahat ng indibidwal na na-diagnose o posibleng may COVID-19 ay dapat gawin agad ang mga sumusunod na aksyon**:

1. **Ibukod o i-isolate ang kanilang mga sarili** sa kani-kanilang bahay o sa ibang bahay. Hindi sila maaaring lumabas sa mga lugar kung saan sila naka-isolate o kaya ay pumasok sa anumang iba pang pampubliko o pribadong lugar, maliban na lang kung tatanggap ng kinakailangang medikal na pangangalaga.
2. Basahin at sunding mabuti ang lahat ng kinakailangang nakalista sa "Mga Tagubilin sa Pagbubukod o Isolation sa Bahay" na naka-post sa http://www.acphd.org/2019-ncov/resources/quarantine-and-isolation at naka-attach sa kautusang ito
3. Sabihan ang malalapit nilang nakasalamuha (close contact) na kailangan nilang i-quarantine ang kanilang mga sarili. Ang malalapit na nakasalamuha o close contact na dapat abisuhang i-quarantine ang sarili ay ang mga taong nakasalamuha nila noong sila ay nakakahawa. Nagsisimula ang pagiging nakakahawa 48 oras bago magsimula ang mga sintomas (o petsa kung kailan nagpositibo sa test kung walang sintomas) at nagtatapos ito kapag tapos na ang tagal ng pagbubukod o pag-isolate (tingnan ang Seksyon C sa ibaba). Ang malalapit na contact o close contact ay mga taong:
    - Tumira o nanatili sa kanilang bahay O
    - Mga sekswal na karelasyon O
    - Nangangalaga o nangalaga sa kanila nang hindi nagsusuot ng mask, gown, at mga guwantes O
    - Nakasalamuha sa layong wala pang 6 na talampakan sa loob ng matagal na panahon (> 15 minuto).
4. Isangguni sila sa "Mga Tagubilin sa Pag-quarantine sa Bahay" na naka-post sa http://www.acphd.org/2019-ncov/resources/quarantine-and-isolation, na nagsasaad ng mga hakbang na dapat gawin ng mga nakasalamuha sa bahay, karelasyon, at tagapangalaga o caregiver at iba pang malalapit na nakasalamuha o close contact para maiwasan ang pagkalat ng COVID-19. Malamang na na-expose sa COVID-19 ang malalapit na nakasalamuha o close contact, at kung nahawa sila, madali nilang maikakalat ang COVID-19 sa iba, kahit na banayad lang ang mga sintomas nila.

B. **Kailangang ibukod o i-isolate ng mga indibidwal ang kanilang mga sarili dahil mayroon o posibleng mayroon silang COVID-19.**

Nalalaman ito batay sa isa o higit pa sa mga sumusunod na salik:

a) Positibong lab test para sa coronavirus (kilala bilang SARS-CoV-2) na nagdudulot ng COVID-19
b) Mga palatandaan at sintomas na tumutugma sa COVID-19 sa loob ng 14 na araw pagkatapos malapitang makasalamuha ang isang taong may COVID-19 o pinaniniwalaang mayroon nito O
c) Sinabihan ng isang tagabigay ng serbisyo sa pangangalagang pangkalusugan ang indibidwal na posibleng may COVID-19 siya.

Kailangang ibukod ang sarili (mag-self isolate) dahil maaaring mabilis na maikalat ng taong may COVID-19 o posibleng may COVID-19 ang virus sa iba. Sa pamamagitan ng pagbubukod o pag-isolate, nahihiwalay sa iba ang mga may sakit na indibidwal na ito para maiwasan ang pagkalat ng COVID-19.

C. Dapat ihiwalay ng mga nakabukod (naka-isolate) na indibidwal ang kanilang mga sarili sa loob ng bahay at dapat nilang sundin ang lahat ng direksyon sa Kautusang ito hanggang sa mawala na ang peligro nilang maikalat ang COVID-19 batay sa mga sumusunod na pamantayan:

a) Lumampas na ang hindi bababa sa 3 araw (72 oras) pagkatapos gumaling, na tinutukoy bilang paggaling ng lagnat nang hindi umiinom ng mga gamot sa lagnat, at pagbuti ng ubo, hirap sa paghinga, at iba pang sintomas; AT

b) Lumampas na ang hindi bababa sa 10 araw mula noong nagsimula ang kanilang mga sintomas; anuman ang mas matagal.

c) Ang mga indibidwal na nagpositibo sa test na hindi kailanman nagkaroon ng mga sintomas ay dapat bumukod o mag-isolate sa loob ng 10 araw mula sa petsa noong nagpositibo sila sa diagnostic test.

Maaaring magsagawa ng (mga) karagdagang pagkilos ang Health Officer, na maaaring kinabibilangan ng detensyong sibil o civil detention, o pag-uutos sa isang tao na manatili sa isang pangkalusugang pasilidad o sa ibang lokasyon, para protektahan ang kalusugan ng publiko kung ang indibidwal na saklaw ng Kautusang ito ay lalabag o hindi makakasunod sa Kautusang ito. Krimen din ang paglabag sa Kautusang ito na may kaparusahang pagkakakulong, multa, o pareho.

IPINAG-UUTOS ITO:

Erica Pan

Dr. Erica Pan
Interim Health Officer, County ng Alameda

Hunyo 8, 2020
Petsa

KAUTUSAN MULA SA HEALTH OFFICER PARA SA PAGKONTROL SA COVID-19 Blg. 20-06c

Kautusan tungkol sa **Quarantine** para sa Emergency sa Pampublikong Kalusugan

Petsa sa Paghahain ng Kautusan: Abril 3, 2020, binago noong Mayo 4, 2020 at susugan noong Hunyo 8, 2020

May bisa ang Kautusang ito hangga't hindi binabawi ng Health Officer sa pamamagitan ng sulat.

BUOD NG KAUTUSAN

Nasa Pang-emergency na Katayuan o State of Emergency ang California dahil sa COVID-19 pandemic. Ang pagkalat ng Novel Coronavirus (COVID-19) ay malaking panganib sa kalusugan ng publiko sa loob ng County ng Alameda. Mabilis maikalat ang COVID-19 sa mga taong malapit na nakikisalamuha sa bawat isa (close contact). Inihain ang Kautusang ito batay sa mga siyentipikong ebidensya at pinakamahuhusay na kasanayan na kasalukuyang kinikilala at available para protektahan ang mga bulnerableng miyembro ng publiko laban sa mga naiiwasang peligro ng malubhang pagkakasakit o pagkamatay dahil sa pagkaka-expose sa Coronavirus Disease 2019 (COVID-19). Ang edad, kondisyon, at kalusugan ng malaking bahagi ng populasyon ng County ng Alameda ("County") ang naglalagay rito sa peligro ng malulubhang kumplikasyon sa kalusugan, kabilang ang pagkamatay, na dulot ng COVID-19. Dumarami na ang mga ebidensya ng posibilidad ng pagkakahawa mula sa mga taong may sakit ngunit wala pang mga sintomas. Ibig sabihin, ang lahat ng indibidwal na nadapuan ng COVID-19, anuman ang antas ng kanilang mga sintomas (wala, banayad, o malala), ay posibleng makapagdulot ng malaking panganib sa mga bulnerableng miyembro ng publiko. Sa kasalukuyan, walang available na bakuna para magbigay ng proteksyon laban sa COVID-19, at wala itong tukoy na lunas.

Para makatulong sa pagpapabagal ng pagkalat ng COVID-19, pagprotekta sa mga bulnerableng indibidwal, at pag-iwas na mabigatan ang sistema ng pangangalagang pangkalusugan sa Alameda County, kailangan ng Public Health Officer ng County ng Alameda ("Health Officer") na ipag-utos ang pag-quarantine sa mga taong na-expose sa taong na-diagnose na may COVID-19. Sa pamamagitan ng quarantine, naihihiwalay sa iba ang mga indibidwal na na-expose sa COVID-19, hanggang sa matukoy na wala nang peligro para sa kanila na maikalat ang sakit.

SA ILALIM NG KAPANGYARIHAN NG CALIFORNIA HEALTH AND SAFETY CODE MGA SEKSYON 101040, 101085, AT 120175, INIUUTOS NG HEALTH OFFICER NG COUNTY NG ALAMEDA ANG MGA SUMUSUNOD:

Ang lahat ng kasama sa bahay, karelasyon, tagapangalaga o caregiver ng taong may COVID-19, at indibidwal na malapit na nakisalamuha (naging close contact) sa isang taong may COVID-19 ay dapat i-quarantine ang kanilang mga sarili. Kailangang sundin ng mga taong ito ang lahat ng tagubiling nasa Kautusang ito at ang mga dokumentong gabay ng Public Health na binabanggit sa Kautusang ito.

Isang krimen ang paglabag sa Kautusang ito, na may parusang multa na hanggang $10,000 at/o isang taong pagkakakulong. (Health & Saf. Code §§ 120295 et seq.; Cal. Penal Code §§ 69 & 148)

Mga Kinakailangan sa Quarantine para sa Mga Nakasalamuha sa Bahay, Karelasyon, Tagapangalaga o Caregiver, at Malalapit na Nakasalamuha (Close Contact) ng Mga Taong May COVID-19

Ang malalapit na nakasalamuha o close contact ng mga taong may COVID-19 ("mga kaso") ay mga indibidwal na:

- Tumira o nanatili sa bahay ng kaso O
- Mga sekswal na karelasyon ng kaso O
- Nangangalaga o nangalaga sa kaso nang hindi nagsusuot ng mask, gown, at mga guwantes O
- Nakasalamuha ng kaso sa layong wala pang 6 na talampakan sa loob ng matagal na panahon (> 15 minuto).

AT

Naganap ang pakikisalamuhang ito habang napag-alamang nakakahawa ang kaso. Nakakahawa ang isang kaso mula 48 oras bago magsimula ang kanyang mga sintomas at hanggang sa mailabas siya mula sa pagkakabukod o isolation.

Ang lahat ng indibidwal na natukoy bilang malalapit na nakasalamuha o close contact ng taong may COVID-19 ay dapat gawin agad ang mga sumusunod na aksyon:

1. Manatili sa kanilang bahay o ibang bahay sa loob ng 14 na araw mula noong huling araw na nakasalamuha nila ang taong may o posibleng may COVID-19. Kailangang i-quarantine ng mga indibidwal ang kanilang mga sarili sa kabuuan ng 14 na araw na incubation period dahil mataas ang peligro nilang magkaroon ng COVID-19 at makahawa nito.
2. Ang mga naka-quarantine na tao ay hindi maaaring lumabas sa mga lugar kung saan sila naka-quarantine o kaya ay pumasok sa anumang iba pang pampubliko o pribadong lugar maliban na lang kung tatanggap ng kinakailangang medikal na pangangalaga.
3. Basahin at sunding mabuti ang lahat ng kinakailangang nakalista sa "Mga Tagubilin sa Pag-quarantine sa Bahay" sa http://www.acphd.org/2019-ncov/resources/quarantine-and-isolation.
4. Kung magkakasakit ang naka-quarantine na tao ng lagnat, ubo, o hirap sa paghinga (kahit na sobrang banayad lang ng kanyang mga sintomas), dapat niyang ibukod o i-isolate ang kanyang sarili sa bahay at ilayo ang sarili sa iba pang tao at kailangan niyang sundin ang "Mga Tagubilin sa Pagbubukod o Isolation sa Bahay" na naka-post sa http://www.acphd.org/2019-ncov/resources/quarantine-and-isolation. Ito ay dahil malamang na mayroon siyang COVID-19, at kung mayroon, maaari niya itong maikalat sa mga bulnerableng indibidwal.

Maaaring magsagawa ng (mga) karagdagang pagkilos ang Health Officer, na maaaring kinabibilangan ng detensyong sibil o civil detention, o pag-uutos sa isang tao na manatili sa isang pangkalusugang pasilidad o sa ibang lokasyon, para protektahan ang kalusugan ng publiko kung ang indibidwal na saklaw ng Kautusang ito ay lalabag o hindi makakasunod sa Kautusang ito. Krimen din ang paglabag sa Kautusang ito na may kaparusahang pagkakakulong, multa, o pareho.

IPINAG-UUTOS ITO:

Dr. Erica Pan
Interim Health Officer, County ng Alameda

Hunyo 8, 2020
Petsa