



**Hướng dẫn Cách ly và Cách ly Kiểm dịch Tại Nhà cho những Người bị Nhiễm Coronavirus-2019 (COVID-19) và những Người trong Gia đình hoặc những Người Tiếp xúc Gần của họ**

- 1) Nếu quý vị có xác nhận qua xét nghiệm hoặc chẩn đoán của bác sĩ là mắc COVID-19, quý vị phải tuân theo Sắc Lệnh Cách ly của Viên chức Y tế tại <http://www.acphd.org/2019-ncov/resources/quarantine-and-isolation>
- 2) Nếu quý vị là người trong gia đình hoặc người tiếp xúc gần với người mắc COVID-19, quý vị phải tuân theo Sắc Lệnh Cách ly Kiểm dịch của Viên chức Y tế tại <http://www.acphd.org/2019-ncov/resources/quarantine-and-isolation>
- 3) Đối với các nhân viên và nhân sự y tế không có triệu chứng được xét nghiệm theo chương trình xét nghiệm thường quy nơi làm việc, không cần phải cách ly khi đợi kết quả xét nghiệm. Tuy nhiên, bắt buộc phải cách ly đối với bất kỳ kết quả dương tính nào và đối với bất kỳ ai được xét nghiệm do nghi ngờ có các triệu chứng của COVID-19.

**Hướng dẫn Cách ly Tại Nhà**

**Hướng dẫn Cách ly Kiểm dịch Tại Nhà**

Nếu quý vị đã được chẩn đoán mắc COVID-19 HOẶC quý vị đang chờ kết quả xét nghiệm COVID-19, quý vị phải thực hiện theo các bước Cách ly Tại nhà sau đây để phòng ngừa sự lây lan của dịch bệnh. Nếu quý vị được xét nghiệm vì quý vị nghi ngờ có các triệu chứng của COVID-19 và đang đợi kết quả xét nghiệm, hãy làm theo hướng dẫn Cách ly sau cho đến khi có kết quả. Nếu kết quả của quý vị là âm tính, quý vị không cần phải làm gì thêm, những hướng dẫn này không áp dụng cho quý vị.

Nếu quý vị sống trong cùng một gia đình HOẶC có tiếp xúc gần với ai đó được chẩn đoán mắc COVID-19 (bao gồm cả người tiếp xúc từ 48 giờ trước khi họ gặp bất kỳ triệu chứng nào cho đến khi họ tự cách ly), quý vị phải thực hiện theo các bước Cách ly Kiểm dịch Tại nhà này. Có thể mất 2-14 ngày để biểu hiện các triệu chứng, vì vậy quý vị có thể không biết đến tận 14 ngày liệu quý vị có bị nhiễm bệnh hay không. Điều quan trọng là ở nhà và theo dõi sức khỏe của chính quý vị trong thời gian này để phòng ngừa lây nhiễm có thể xảy ra cho bất kỳ ai khác.

**Ở nhà cho đến khi quý vị hồi phục**

- Hầu hết những người mắc COVID-19 sẽ chỉ bị bệnh nhẹ và có thể khỏe hơn nếu được chăm sóc tại nhà đúng cách mà không cần phải gặp nhà cung cấp dịch vụ y tế. Nếu quý vị từ 65 tuổi trở lên, đang mang thai, hoặc có các bệnh như bệnh tim, hen suyễn, bệnh phổi, tiểu đường, bệnh thận, hoặc hệ miễn dịch yếu, thì quý vị có nguy cơ mắc bệnh nghiêm trọng hoặc biến chứng cao hơn.
- Không đến chỗ làm, trường học, hoặc các khu vực công cộng.
- Ở nhà ít nhất 10 ngày sau khi quý vị bắt đầu bị bệnh VÀ ít nhất 3 ngày sau khi quý vị hồi phục. Hồi phục có nghĩa là quý vị hết sốt trong 72 giờ mà không sử dụng thuốc hạ sốt (ví dụ Tylenol®) và các triệu chứng hô hấp của quý vị (ví dụ: ho, thở gấp) đã được cải thiện.
- Nếu quý vị không biểu hiện bệnh nhưng nhiễm COVID-19, hãy ở nhà ít nhất 10 ngày sau ngày xét nghiệm.
- Những người ở trong nhà, các bạn tình và những người chăm sóc của quý vị được coi là những "người tiếp xúc gần" và cần tuân theo Hướng dẫn Cách ly Kiểm dịch Tại Nhà. Bao gồm những người tiếp xúc gần với quý vị từ 48 giờ trước khi các triệu chứng của quý vị xuất hiện cho đến khi quý vị tự cách ly. Hãy chia sẻ tài liệu này với họ.

**Điều gì xảy ra nếu quý vị không thể tách mình khỏi những người khác?**

- Bất cứ ai tiếp tục tiếp xúc gần với quý vị sẽ cần bắt đầu một chu kỳ cách ly kiểm dịch mới trong vòng 15 ngày kể từ ngày cuối cùng họ tiếp xúc gần với quý vị, hoặc kể từ ngày quý vị hết cách ly.

**Ở nhà để xem liệu quý vị có gặp các triệu chứng hay không**

- Ngày cách ly kiểm dịch cuối cùng của quý vị là 15 ngày kể từ lần cuối quý vị tiếp xúc gần với người mắc COVID-19. Nếu quý vị tiếp tục tiếp xúc gần, thời gian cách ly 15 ngày sẽ phải bắt đầu lại từ đầu.
  - Tiếp xúc gần có nghĩa là quý vị đã ở trong vòng 6 feet với người mắc COVID-19 trong hơn 15 phút hoặc chạm vào dịch cơ thể hoặc dịch tiết mà không sử dụng các biện pháp phòng ngừa thích hợp.
  - Nếu quý vị không thể tránh tiếp xúc gần, quý vị phải tiếp tục cách ly kiểm dịch đến hết 15 ngày kể từ khi người mắc COVID-19 hoàn thành thời gian cách ly của họ. Tức là tổng cộng có khả năng ít nhất là 24 ngày.

**Còn nếu quý vị có các triệu chứng thì sao?**

- Các triệu chứng của COVID-19 bao gồm ho, thở gấp hoặc khó thở, sốt, ớn lạnh, run người kèm ớn lạnh lặp lại, đau cơ, đau đầu, đau họng hoặc mất vị giác hay khứu giác.
- Nếu quý vị có các triệu chứng, quý vị có thể mắc COVID-19 và quý vị nên làm theo Hướng dẫn Cách ly Tại Nhà.
- Theo dõi các triệu chứng của quý vị chặt chẽ và liên lạc với nhân viên y tế để được chăm sóc nếu các triệu chứng trở nên nghiêm trọng. Quý vị không cần làm xét nghiệm chỉ để xác nhận mình bị nhiễm vì hầu hết những người bị nhiễm trùng đường hô hấp, bao gồm cả COVID-19, sẽ chỉ bị bệnh nhẹ và có thể được cải thiện khi chăm sóc tại nhà. Nếu quý vị xét nghiệm, một kết quả xét nghiệm âm tính trong khoảng thời gian 14 ngày không đồng nghĩa với việc quý vị không thể dương tính sau đó. Quý vị phải cách ly kiểm dịch trong cả khoảng thời gian 14 ngày đó. *Thêm thông tin ở Trang Tiếp theo*

## Các hạn chế và Thông tin Áp dụng cho những Người Cách ly lẫn Cách ly Kiểm dịch Tại Nhà

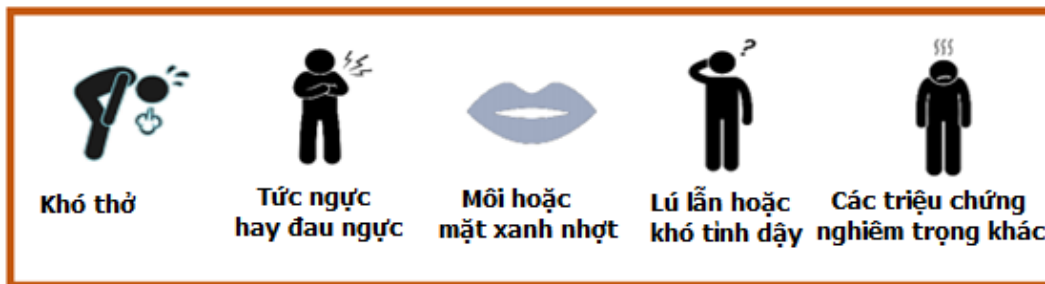
- Hãy ở nhà. Không đến chỗ làm, trường học, hoặc các khu vực công cộng.
- Tách mình khỏi những người khác trong nhà. Ở trong một phòng riêng và tránh xa những người khác trong nhà càng nhiều càng tốt. Điều rất quan trọng là tránh xa những người có nguy cơ mắc bệnh nghiêm trọng cao hơn.
- Sử dụng một phòng tắm riêng, nếu có sẵn.
- Không chuẩn bị hoặc phục vụ thức ăn cho những người khác
- Không cho phép khách vào nhà mình.
- Không sử dụng phương tiện giao thông công cộng, đi xe chung hoặc taxi.

### Phòng ngừa lây lan:

- Che mũi, miệng khi ho và hắt hơi. Che miệng và mũi bằng khăn giấy hoặc hắt hơi vào tay áo chứ không phải vào bàn tay mình -- sau đó vứt khăn giấy vào thùng rác có lót túi và rửa tay ngay lập tức.
- Rửa tay thường xuyên và kỹ bằng xà bông và nước trong ít nhất 20 giây - đặc biệt là sau khi ho, hắt hơi, xì mũi, hoặc sau khi đi vệ sinh. Có thể sử dụng nước rửa tay diệt khuẩn có chứa hàm lượng tối thiểu 62% cồn thay cho xà bông và nước nếu tay không bị bẩn thấy rõ.
- Tránh dùng chung vật dụng trong gia đình. Không dùng chung bát đĩa, tách, dụng cụ ăn uống, khăn lau, đồ trải giường và các vật dụng khác với mọi người trong nhà. Sau khi sử dụng xong những vật dụng này, hãy rửa kỹ bằng xà bông và nước. Quần áo cần được giặt trong một máy giặt tiêu chuẩn với nước ấm và chất tẩy rửa; có thể thêm thuốc tẩy vào nhưng không cần thiết.
- Vệ sinh và khử trùng tất cả các bề mặt “thường xuyên chạm vào” hàng ngày. Các bề mặt thường xuyên chạm vào bao gồm, ví dụ: kệ bếp, mặt bàn, tay nắm cửa, các đồ nội thất, toilet, điện thoại, điều khiển tivi, chìa khóa, bàn phím, bàn, và các bàn nhỏ để cạnh giường. Ngoài ra, hãy làm sạch và khử trùng bất kỳ bề mặt nào có thể có chất dịch cơ thể trên đó. Sử dụng các bình xịt chất tẩy rửa gia dụng và chất khử trùng hoặc khăn lau, theo hướng dẫn trên nhãn sản phẩm.

### Thực hiện chăm sóc tại nhà:

- Nghỉ ngơi, uống nhiều nước, uống acetaminophen (Tylenol®) để hạ sốt và giảm đau.
  - Lưu ý rằng trẻ em dưới 2 tuổi không nên dùng bất kỳ loại thuốc cảm lạnh không kê toa nào mà không hỏi bác sĩ trước.
  - Lưu ý rằng các loại thuốc không “chữa khỏi” COVID-19 và không ngăn quý vị lây lan mầm bệnh.
- Liên lạc với nhân viên y tế để được chăm sóc nếu các triệu chứng của quý vị trở nên tệ hơn, đặc biệt là nếu quý vị có nguy cơ mắc bệnh nghiêm trọng cao hơn.
- **Các triệu chứng cho thấy quý vị nên liên lạc với nhân viên y tế để được chăm sóc bao gồm:**



- Nếu có thể, hãy gọi điện trước khi đến văn phòng bác sĩ hoặc bệnh viện và nói với họ rằng quý vị đang thực hiện Cách ly do COVID-19 để nhân viên y tế chuẩn bị trước khi quý vị đến và bảo vệ những người khác khỏi bị lây nhiễm.
  - Đừng ngồi chờ trong bất kỳ phòng chờ nào và đeo khẩu trang mọi lúc nếu có thể.
  - Nếu gọi 911, quý vị phải thông báo cho người xử lý khẩn cấp và nhân viên cứu thương rằng quý vị đang phải cách ly do COVID-19.
  - KHÔNG sử dụng phương tiện giao thông công cộng.

### Sở Y tế Cộng đồng sẽ thông báo cho nơi làm việc của tôi chứ?

Sở Y tế Cộng đồng sẽ không thông báo hoặc tiết lộ bất kỳ thông tin cá nhân nào về quý vị đến nơi làm việc của quý vị trừ khi cần phải làm vậy để bảo vệ sức khỏe của quý vị hoặc sức khỏe của những người khác.

**Cảm ơn quý vị đã hợp tác trong vấn đề sức khỏe cộng đồng quan trọng này.**

COVID-19 có thể gây căng thẳng cho mọi người, đây là một số gợi ý để quản lý sức khỏe cảm xúc trong những thời điểm bất ổn: <http://www.acphd.org/media/558462/covid19-managing-emotional-health-20200306.pdf>.

Các phiên bản mở rộng của các hướng dẫn này và tất cả các Sắc Lệnh của Viên chức Y tế có sẵn tại: <http://www.acphd.org/2019-ncov/resources/quarantine-and-isolation>. Nếu quý vị có thêm thắc mắc, vui lòng truy cập [www.acphd.org](http://www.acphd.org), gọi đến đường dây COVID chung của chúng tôi theo số 510-268-2101 hoặc gửi email cho chúng tôi theo địa chỉ [ncov@acgov.org](mailto:ncov@acgov.org).



## SẮC LỆNH CỦA VIÊN CHỨC Y TẾ ĐỂ KIỂM SOÁT COVID-19 SỐ 20-05c

Sắc Lệnh **Cách ly** Khẩn cấp của Sở Y tế Cộng đồng

Ngày Ban hành Sắc Lệnh: 3 Tháng Tư, 2020, sửa đổi 4 Tháng Năm, 2020 và sửa đổi ngày 8 Tháng 6 Năm 2020

Sắc Lệnh này có hiệu lực cho đến khi được Viên chức Y tế bãi bỏ bằng văn bản.

### TÓM TẮT SẮC LỆNH

California đang trong Tình trạng Khẩn cấp vì đại dịch COVID-19. Sự lây lan của Coronavirus Mới (COVID-19) là mối nguy hiểm to lớn đối với sức khỏe của cộng đồng trên địa bàn Quận Alameda. COVID-19 có thể dễ dàng lây lan giữa những người tiếp xúc gần với nhau. Sắc Lệnh này được ban hành dựa trên bằng chứng khoa học và những thực tiễn tốt nhất hiện được biết và sẵn có để bảo vệ các thành viên dễ bị tổn thương của cộng đồng khỏi nguy cơ mắc bệnh nghiêm trọng hoặc tử vong do phơi nhiễm với Dịch bệnh Coronavirus 2019 (COVID-19). Độ tuổi, tình trạng, và sức khỏe của phần lớn cư dân của Quận Alameda (“Quận”) nằm trong nguy cơ bị các biến chứng nghiêm trọng về sức khỏe, gồm cả tử vong, do COVID-19. Ngày càng có nhiều bằng chứng về nguy cơ lây nhiễm từ người mắc bệnh trước khi xuất hiện các triệu chứng. Do đó, tất cả các cá nhân mắc COVID-19, bất kể mức độ triệu chứng của họ là như thế nào (không có triệu chứng, triệu chứng nhẹ hay nặng), đều có thể khiến các thành viên dễ bị tổn thương khác trong cộng đồng gặp phải nguy cơ đáng kể. Hiện tại, chưa có sẵn vắc-xin để bảo vệ chống lại COVID-19 và chưa có cách điều trị cụ thể.

Để giúp làm chậm sự lây lan của COVID-19, bảo vệ các cá nhân dễ bị tổn thương, và tránh cho hệ thống chăm sóc sức khỏe ở Quận Alameda bị quá tải, Sở Y tế Cộng đồng Quận Alameda (“Sở Y tế Cộng đồng”) phải yêu cầu cách ly những người mắc COVID-19.

### THEO THẨM QUYỀN CỦA BỘ LUẬT AN TOÀN VÀ SỨC KHỎE CALIFORNIA MỤC 101040, 101085, VÀ 120175, VIÊN CHỨC Y TẾ CỦA QUẬN ALAMEDA YÊU CẦU:

Tất cả các cá nhân đã được chẩn đoán hoặc có khả năng mắc COVID-19 phải tự cách ly. Những người này cần phải tuân theo tất cả các hướng dẫn trong Sắc Lệnh này và các tài liệu hướng dẫn về Sức khỏe Cộng đồng được đưa ra tham khảo trong Sắc Lệnh này.

Vi phạm Sắc Lệnh này là phạm tội, bị phạt tiền lên tới \$10,000 và/hoặc một năm tù. (Bộ luật Sức khỏe & An toàn §§ 120295 và các mục tiếp theo; Bộ luật Hình sự California §§ 69 & 148)

---

### **Các Yêu cầu Cách ly đối với các Cá nhân được Chẩn đoán hoặc Có Khả năng mắc COVID-19**

---

**A. Tất cả các cá nhân đã được chẩn đoán hoặc có khả năng mắc COVID-19 phải ngay lập tức thực hiện các hành động sau đây:**

1. **Tự Cách ly** ở trong nhà của họ hoặc nơi cư trú khác. Họ không được rời khỏi nơi cách ly hoặc vào bất kỳ nơi công cộng hoặc tư nhân nào khác ngoại trừ trường hợp để nhận chăm sóc y tế cần thiết.
2. **Xem lại** cẩn thận và **tuân thủ** sát sao tất cả các yêu cầu được nêu trong “Hướng dẫn Cách ly Tại nhà”, tại <http://www.acphd.org/2019-ncov/resources/quarantine-and-isolation> và kèm theo Sắc Lệnh này



3. Nói với những người đã tiếp xúc gần với họ rằng những người đó cần tự cách ly kiểm dịch. Những người đã tiếp xúc gần cần được thông báo để tự cách ly kiểm dịch là những người đã ở bên họ trong thời gian có khả năng lây nhiễm. Thời gian có khả năng lây nhiễm bắt đầu từ 48 giờ trước khi các triệu chứng xuất hiện (hoặc từ ngày xét nghiệm dương tính nếu không có các triệu chứng) và kết thúc khi hết thời gian cách ly (xem Mục C bên dưới). Những người tiếp xúc gần là những người:
  - Sống hoặc đã ở tại nơi cư trú của họ HOẶC
  - Là bạn tình thân mật HOẶC
  - Chăm sóc hoặc được họ chăm sóc mà không đeo khẩu trang, áo choàng, và găng tay HOẶC
  - Ở trong vòng 6 feet gần ca nhiễm bệnh trong một thời gian dài (> 15 phút).
4. Giới thiệu họ tham khảo “Hướng dẫn Cách ly Kiểm dịch Tại nhà”, được đăng tại <http://www.acphd.org/2019-ncov/resources/quarantine-and-isolation>, trong đó mô tả các bước mà các thành viên gia đình, người tình, và người chăm sóc cũng như những người tiếp xúc gần khác phải thực hiện để phòng ngừa lây lan COVID-19. Những người tiếp xúc gần có khả năng đã bị phơi nhiễm với COVID-19 và nếu đã bị nhiễm bệnh, có thể dễ dàng lây lan COVID-19 sang những người khác, ngay cả khi họ chỉ có các triệu chứng nhẹ.

## **B. Các cá nhân được yêu cầu tự cách ly vì họ mắc hoặc có khả năng mắc COVID-19.**

Quyết định này dựa trên một hoặc nhiều yếu tố trong số các yếu tố sau:

- a) Xét nghiệm dương tính với chủng coronavirus (được gọi là SARS-CoV-2) gây ra COVID-19
- b) Các dấu hiệu và triệu chứng giống với COVID-19 trong vòng 14 ngày kể từ khi tiếp xúc gần với người đã hoặc đang được cho là đã mắc COVID-19 HOẶC
- c) Nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe đã thông báo cho cá nhân đó rằng họ có khả năng mắc COVID-19.

Bắt buộc phải tự cách ly vì một người mắc hoặc có khả năng mắc COVID-19 có thể dễ dàng lây lan virus sang những người khác. Việc cách ly sẽ tách biệt các cá nhân mắc bệnh này với những người khác để phòng ngừa sự lây lan của COVID-19.

## **C. Các cá nhân cách ly phải tự cách ly tại nơi cư trú và tuân theo tất cả các hướng dẫn trong Sắc Lệnh này cho đến khi họ không còn nguy cơ lây lan COVID-19 nữa dựa trên các tiêu chí sau:**

- a) Sau ít nhất 3 ngày (72 giờ) kể từ khi hồi phục, được định nghĩa là khi hết sốt mà không cần sử dụng thuốc hạ sốt lần cải thiện tình trạng ho, thở gấp và các triệu chứng khác; VÀ
- b) Sau ít nhất 10 ngày kể từ khi các triệu chứng của họ bắt đầu; tùy theo trường hợp nào muộn hơn.
- c) Các cá nhân có xét nghiệm dương tính nhưng không bao giờ có các triệu chứng phải cách ly trong vòng 10 ngày kể từ ngày chẩn đoán dương tính đầu tiên.

Viên chức Y tế có thể thực hiện (các) hành động bổ sung, có thể bao gồm giam giữ dân sự hoặc yêu cầu một người ở lại cơ sở y tế hoặc địa điểm khác, để bảo vệ sức khỏe cộng đồng nếu một cá nhân liên quan đến Sắc Lệnh này vi phạm hoặc không tuân thủ Sắc Lệnh này. Vi phạm Sắc Lệnh này cũng là phạm vào khinh tội có thể chịu phạt bằng phạt tù, phạt tiền hoặc cả hai.

## **SẮC LỆNH ĐƯỢC BAN HÀNH:**

Bác sĩ Erica Pan  
Viên chức Y tế Lâm thời, Quận Alameda

Ngày 8 tháng 6 năm 2020

Ngày



## **SẮC LỆNH CỦA VIÊN CHỨC Y TẾ ĐỂ KIỂM SOÁT COVID-19 SỐ 20-06c**

Sắc Lệnh **Cách ly Kiểm dịch** Khẩn cấp của Sở Y tế Cộng đồng

Ngày Ban hành Sắc Lệnh: 3 Tháng Tư, 2020, sửa đổi 4 Tháng Năm, 2020 và sửa đổi ngày 8 Tháng 6 Năm 2020

Sắc Lệnh này có hiệu lực cho đến khi được Viên chức Y tế bãi bỏ bằng văn bản.

### **TÓM TẮT SẮC LỆNH**

**California đang trong Tình trạng Khẩn cấp vì đại dịch COVID-19.** Sự lây lan của Coronavirus Mới (COVID-19) là mối nguy hiểm to lớn đối với sức khỏe của cộng đồng trên địa bàn Quận Alameda. COVID-19 có thể dễ dàng lây lan giữa những người tiếp xúc gần với nhau. Sắc Lệnh này được ban hành dựa trên bằng chứng khoa học và những thực tiễn tốt nhất hiện được biết và sẵn có để bảo vệ các thành viên dễ bị tổn thương của cộng đồng khỏi nguy cơ mắc bệnh nghiêm trọng hoặc tử vong do phơi nhiễm với Dịch bệnh Coronavirus 2019 (COVID-19). Độ tuổi, tình trạng, và sức khỏe của phần lớn cư dân của Quận Alameda (“Quận”) nằm trong nguy cơ bị các biến chứng nghiêm trọng về sức khỏe, gồm cả tử vong, do COVID-19. Ngày càng có nhiều bằng chứng về nguy cơ lây nhiễm từ người mắc bệnh trước khi xuất hiện các triệu chứng. Do đó, tất cả các cá nhân mắc COVID-19, bất kể mức độ triệu chứng của họ là như thế nào (không có triệu chứng, triệu chứng nhẹ hay nặng), đều có thể khiến các thành viên dễ bị tổn thương khác trong cộng đồng gặp phải nguy cơ đáng kể. Hiện tại, chưa có sẵn vắc-xin để bảo vệ chống lại COVID-19 và chưa có cách điều trị cụ thể.

Để giúp làm chậm sự lây lan của COVID-19, bảo vệ các cá nhân dễ bị tổn thương, và tránh cho hệ thống chăm sóc sức khỏe ở Quận Alameda bị quá tải, Viên chức Y tế Cộng đồng của Quận Alameda (“Viên chức Y tế”) phải yêu cầu cách ly kiểm dịch những người bị phơi nhiễm với người được chẩn đoán mắc COVID-19. Cách ly kiểm dịch tách biệt các cá nhân đã bị phơi nhiễm với COVID-19 với những người khác, cho đến khi xác định được rằng họ không có nguy cơ lây lan bệnh.

### **THEO THẨM QUYỀN CỦA BỘ LUẬT AN TOÀN VÀ SỨC KHỎE CALIFORNIA MỤC 101040, 101085, VÀ 120175, VIÊN CHỨC Y TẾ CỦA QUẬN ALAMEDA YÊU CẦU:**

**Tất cả các thành viên trong gia đình, bạn tình, và người chăm sóc của người mắc COVID-19, và các cá nhân đã tiếp xúc gần với một người mắc COVID-19 phải tự cách ly kiểm dịch. Những người này cần phải tuân theo tất cả các hướng dẫn trong Sắc Lệnh này và các tài liệu hướng dẫn về Sức khỏe Cộng đồng được đưa ra tham khảo trong Sắc Lệnh này.**

**Vi phạm Sắc Lệnh này là phạm tội, bị phạt tiền lên tới \$10,000 và/hoặc một năm tù. (Bộ luật Sức khỏe & An toàn §§ 120295 và các mục tiếp theo; Bộ luật Hình sự California §§ 69 & 148)**



---

## **Các Yêu cầu Cách ly Kiểm dịch đối với Người trong Gia đình, Bạn tình, Người Chăm sóc, và những Người Tiếp xúc Gần của Người mắc COVID-19**

---

Những người tiếp xúc gần với người mắc COVID-19 (“trường hợp nhiễm”) có thể được định nghĩa là các cá nhân:

- Sống hoặc đã ở tại nơi cư trú của trường hợp nhiễm HOẶC
- Là bạn tình của trường hợp nhiễm HOẶC
- Chăm sóc hoặc được trường hợp bị nhiễm chăm sóc mà không đeo khẩu trang, áo choàng, và găng tay HOẶC
- Ở trong vòng 6 feet gần ca nhiễm bệnh trong một thời gian dài (> 15 phút).

VÀ

Tiếp xúc này xảy ra trong khi trường hợp bị nhiễm đã được xác định là có khả năng lây nhiễm. Trường hợp bị nhiễm sẽ có khả năng lây nhiễm từ 48 giờ trước khi xuất hiện các triệu chứng và cho đến khi họ được không phải cách ly nữa.

**Tất cả các cá nhân đã được xác định là tiếp xúc gần với người mắc COVID-19 phải ngay lập tức thực hiện các hành động sau đây:**

1. Ở trong nhà của họ hoặc nơi cư trú khác trong vòng 14 ngày kể từ ngày cuối cùng họ tiếp xúc với người nhiễm bệnh hoặc có khả năng bị nhiễm COVID-19. Các cá nhân được yêu cầu tự cách ly kiểm dịch trong toàn bộ thời gian ủ bệnh 14 ngày vì họ có nguy cơ cao phát triển tình trạng bệnh và lây lan COVID-19.
2. Người bị cách ly kiểm dịch không được rời khỏi nơi cách ly hoặc vào bất kỳ nơi công cộng hoặc tư nhân nào khác ngoài trừ trường hợp để nhận chăm sóc y tế cần thiết.
3. Xem lại cẩn thận và tuân thủ sát sao tất cả các yêu cầu được nêu trong “Hướng dẫn Cách ly Kiểm dịch Tại nhà”, tại <http://www.acphd.org/2019-ncov/resources/quarantine-and-isolation>.
4. Nếu một người đang cách ly kiểm dịch bị sốt, ho, hoặc khó thở (ngay cả khi các triệu chứng của họ rất nhẹ), họ nên tự cách ly ở nhà và tránh xa những người khác và làm theo “Hướng dẫn Cách ly Tại nhà”, được đăng tại <http://www.acphd.org/2019-ncov/resources/quarantine-and-isolation>. Điều này là do họ có khả năng mắc COVID-19 và nếu vậy, có thể lây lan sang những người dễ bị tổn thương.

Viên chức Y tế có thể thực hiện (các) hành động bổ sung, có thể bao gồm giam giữ dân sự hoặc yêu cầu một người ở lại cơ sở y tế hoặc địa điểm khác, để bảo vệ sức khỏe cộng đồng nếu một cá nhân liên quan đến Sắc Lệnh này vi phạm hoặc không tuân thủ Sắc Lệnh này. Vi phạm Sắc Lệnh này cũng là phạm vào khinh tội có thể chịu phạt bằng phạt tù, phạt tiền hoặc cả hai.

**SẮC LỆNH ĐƯỢC BAN HÀNH:**

Bác sĩ Erica Pan  
Viên chức Y tế Lâm thời, Quận Alameda

Ngày 8 tháng 6 năm 2020

Ngày