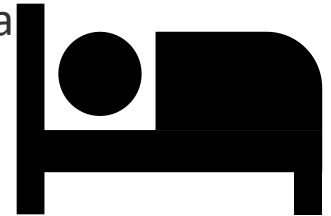




Sa tingin ko ay o alam ko na mayroon akong COVID-19, at may mga sintomas ako. Kailan ako maaaring umalis sa pag-isolate?

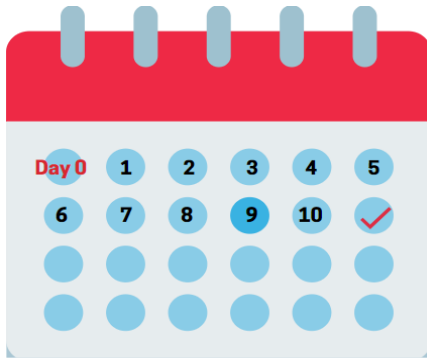
Maaari kayong makihalubilo sa ibang tao pagkatapos ng:

- 10 araw simula nang unang lumabas ang inyong mga sintomas at
- 24 na oras na walang lagnat at
- Bumuti ang inyong mga sintomas ng COVID-19.



Na-test akong positibo para sa COVID-19, pero hindi ako nagkaroon ng anumang mga sintomas. Kailan ako maaaring umalis sa pag-isolate?

Manatili sa bahay at umiwas sa ibang tao hanggang sa makalipas ang 10 araw simula ng inyong positibong pagsusuri (test).



Ang ika-0 araw (0) ay ang inyong unang araw ng mga sintomas o ang araw na nasuri kayo.

Sa ika-11 araw, maaari kayong umalis sa pag-isolate.\*

**Hindi ninyo kailangan ng negatibong pagsusuri upang umalis sa pag-isolate o bumalik sa trabaho.**

\*Ang maliit na bilang ng mga tao ay dapat mag-isolate nang 20 araw kapag sinabihan sila ng kanilang doktor na gawin ito.



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)