



Sa tingin ko o alam kong mayroon akong COVID-19, at mayroon akong mga sintomas.

Kailan ako makakaalis sa pagkakabukod ng sarili?

Maaari kang makisalamuha sa iba pagkatapos ng:

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

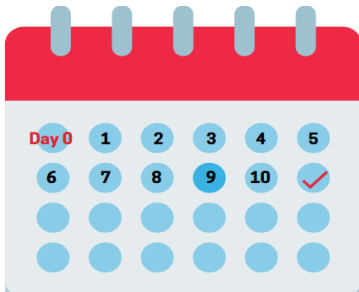


Kung wala kang anumang mga sintomas, kailangan ko bang kumpletuhin ang pagkakabukod ko sa sarili ko?

Oo! Ang ilang taong nasuriang positibo sa COVID-19 ay hindi kailanman nagkaroon ng anumang mga sintomas, ngunit posible pa ring mahawaan ang iba ng virus. Manatili sa bahay at manatiling nakalayo sa iba hanggang lumipas na ang 10 araw simula ng iyong positibong pagsusuri.

Ganap na akong nabakunahan, kailangan ko bang kumpletuhin ang pagkakabukod ko sa sarili ko?

Oo! Ang mga bakuna ay hindi 100% mabisa sa pag-iwas sa COVID-19. Mayroong maliit na porsyento sa mga ganap nang nabakunahang tao na magkakaroon ng mga sintomas dahil sa COVID-19 o masusuriang positibo ngunit hinding-hindi nagkaroon ng mga sintomas.



Ang day zero (0) ay ang iyong unang araw ng mga sintomas o araw na ikaw ay nasurian.

Sa day 11, maaari ka nang hindi magbukod ng iyong sarili.\*

**Hindi mo kailangan ng negatibong pagsusuri para hindi na maibukod ang sarili o bumalik sa trabaho.**

\*Maliit na bilang ng mga tao ang dapat ibukod ang sarili ng 20 araw kapag binilinan ng kanilang doktor.



**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)

5/12/2021