



| Mga Taong Masusuring Positibo sa COVID-19 (Pag-isolate) | Inirerekomendang Aksyon |
|---|--|
| <p>Kung nasuri kayong positibo sa COVID, kakailanganin ninyong mag-isolate anuman ang katayuan sa pagpapabakuna o kahit na walang mga sintomas.</p> | <ul style="list-style-type: none"> • Manatili sa bahay nang hindi bababa sa 5 araw. • Maaaring matapos ang pag-isolate pagkalipas ng ika-5 Araw kung walang mga sintomas o kung nawawala na ang mga ito at negatibo ang isang diagnostic test (mas gugustuhin ang antigen). • Kung hindi makakapagpasuri o kung pipiliing hindi magpasuri, pinakamabuting mag-isolate hanggang sa ika-10 Araw. • Kung mayroong lagnat, dapat magpatuloy ang pag-isolate hanggang sa mawala ang lagnat sa loob ng hindi bababa sa 24 na oras (nang hindi umiinom ng mga gamot para bumaba ang lagnat, tulad ng Tylenol/ibuprofen). • Kung hindi nawawala ang mga sintomas, patuloy na mag-isolate hanggang sa mawala ang mga sintomas o hanggang pagkalipas ng ika-10 Araw. • Magsuot ng sukat na sukat na mask kapag may kasamang iba sa loob ng 10 araw sa kabuuan, lalo na kapag nasa loob (tingnan sa ibaba ang patnubay sa pagsusuot ng mask para sa karagdagang impormasyon). |

Tandaan:

Ipinapakita ng mga alituntunin sa itaas ang mga pinakabagong rekomendasyon ng CDC at CDPH (California Department of Public Health). Magagamit ninyo ang mga ito bilang opsyon, bagaman maaaring magkaroon pa rin ng panganib na makahawa pagkalipas ng 5 araw. Patuloy pa ring pinakaligtas na opsyon ang pag-isolate nang 10 araw mula sa ibang tao.

Patnubay sa Pagsusuot ng Mask:

Ang pagsusuot ng sukat na sukat na mask ay mahalaga para maprotektahan ang ibang tao nang hanggang 10 araw pagkatapos magsimula ng inyong impeksiyon. Para sa impormasyon sa kung paano pinakamabisang gagamitin ang mga mask, mangyaring tingnan ang link na ito:

<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

Updated: 1/14/2022