



GỬI CHO: Tất Cả Chủ Hãng ở Quận Alameda
TỪ: Bác Sĩ Nicholas J. Moss, Thạc Sĩ Sức Khỏe Công Cộng, Văn Phòng Sức Khỏe
VỀ VIỆC: Hướng Dẫn Đi Làm Lại cho Những Trường Hợp Nhiễm Bệnh và Tiếp Xúc Gần

Ban Sức Khỏe Công Cộng Quận Alameda (Alameda County Public Health Department, hay ACPHD) cam kết bảo đảm sức khỏe và an toàn cho tất cả mọi người sống hoặc làm việc ở Quận Alameda. Chúng tôi cảm kích quý vị đã tuân theo các yêu cầu của tiểu bang và địa phương về an toàn ở nơi làm việc, bao gồm đòi hỏi đeo khẩu trang, mọi người cách nhau 6 bộ, thường xuyên theo dõi triệu chứng, và hỗ trợ những nhân viên bị bệnh phải ở nhà.

COVID-19 lây lan trong cộng đồng chúng ta và có thể quý vị có nhân viên bị nhiễm siêu vi này. Theo Lệnh của Viên Chức Sức Khỏe, những người bị COVID-19 phải cô lập tại nhà và tránh xa những người khác trong ít nhất 10 ngày. Vào ngày 11, nếu họ không còn sốt và các triệu chứng khác đã bớt đi, thì họ có thể ngưng cô lập rồi quay trở lại làm việc. **ACPHD đặc biệt khuyến cáo các chủ hãng cho phép người bị COVID-19 quay trở lại làm việc 10 ngày sau khi có triệu chứng (hoặc kể từ lần đầu tiên có kết quả thử nghiệm dương tính nếu không có triệu chứng).**

Những người được chủng ngừa không có triệu chứng thì không cần phải cách ly nhưng cần theo dõi có xuất hiện triệu chứng hay không trong 14 ngày. Những người không được chủng ngừa tiếp xúc gần với người bị COVID-19 phải cách ly tại nhà. Có hai lựa chọn về thời gian cách ly.

Lựa Chọn 1: Nếu chưa làm thử nghiệm COVID thì quý vị cần ở tại nhà trong 10 ngày sau khi tiếp xúc.

Lựa Chọn 2: Nếu có kết quả thử nghiệm COVID âm tính (thử nghiệm làm từ ngày 5 trở đi) thì quý vị cần ở tại nhà trong 7 ngày rồi có thể ra ngoài vào ngày 8. Nếu có kết quả thử nghiệm dương tính, hoặc có bất kỳ triệu chứng nào của bệnh COVID, thì quý vị phải cô lập ngay rồi liên lạc với bác sĩ chăm sóc sức khỏe của mình hoặc ban sức khỏe công cộng để được hướng dẫn về cô lập.

Phần đông những người tiếp xúc gần với người bị COVID-19 phải cách ly tại nhà trong ít nhất 10 ngày sau ngày tiếp xúc cuối cùng. Vào ngày 11, nếu họ không xuất hiện triệu chứng thì có thể ngưng cách ly rồi đi làm lại. Một số nhóm người cần cách ly 14 ngày; bao gồm những người tiếp xúc gần với người có nguy cơ cao bị COVID-19 nghiêm trọng (như bệnh nhân tiểu đường loại II hoặc đang điều trị ung thư), và những người sống hoặc làm việc ở những nơi tập trung đông người (như nhà tù, và viện dưỡng lão). Chúng tôi khuyến cáo không đòi hỏi những người đã **cách ly** xong cần có kết quả thử nghiệm âm tính để được quay trở lại làm việc.

Những khuyến cáo này là chuẩn sức khỏe công cộng dựa trên các bằng chứng khoa học và hướng dẫn của Ban Sức Khỏe Công Cộng California (California Department of Public Health, hay CDPH) và Trung Tâm Kiểm Ngừa Bệnh (Centers for Disease Control and Prevention, hay CDC) liên bang. Làm thử nghiệm lại cho những người đã có kết quả thử nghiệm dương tính là điều không cần thiết – điều này không có giá trị y tế; và bằng chứng rõ ràng là đa số mọi người không còn khả năng lây bệnh sau 10 ngày.

Thử nghiệm chứng thực âm tính không phải là cách hiệu quả để biết một người có lây nhiễm hay không, bởi vì các thử nghiệm có độ nhạy cao có thể phát hiện các hạt siêu vi đã chết vài tuần sau khi người đó ngưng lây lan bệnh. Thử nghiệm chứng thực cũng gia tăng khó khăn cho hạ tầng cơ sở y tế. **ACPHD không cung cấp thử nghiệm chứng thực cho những người quay trở lại làm việc và cũng không khuyến cáo lấy giấy bác sĩ hay nơi chăm sóc y tế.**

Xin cảm ơn quý vị đã hợp tác với chúng tôi và có vai trò quan trọng để giữ an toàn cho cộng đồng chúng ta.