

# 在等待COVID-19检测结果？



## Tips

在等待COVID-19检测结果期间，请遵循以下重要步骤以防感染他人。

**步骤1：**在等待COVID-19採檢結果期間，居家自行醫學隔離（[Self Isolate](#)）。

**步骤2：**告知您的家庭同住成員、親密伴侶和居家照護者，您需要遠離他們，以確保其安全。如果他們中有人與您密切接觸，則需自行檢疫隔離（[Self Quarantine](#)）。

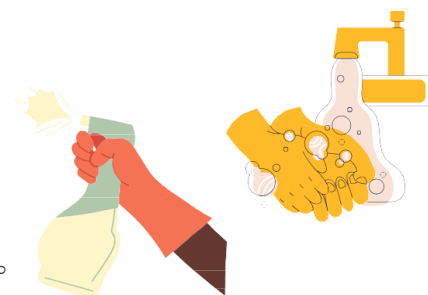
### 如何自我医学隔离：



- 留在家中。
- 留在自己的房间里并尽可能远离他人。[远离患严重疾病的高风险人士 \(high risk of serious illness\)](#) 非常重要。
- 使用单独的卫生间（如有）。
- 如果可能，任何人进入您房间时都应戴口罩。离开房间后，他们应立即清洁双手，再将口罩放入套有垃圾袋的垃圾桶中丢弃，然后再次洗手。
- 请勿为他人做饭或端盛饭菜。
- 尽可能不要照顾孩子。
- 如果可能，不要接触宠物或其他动物。
- 不要在家中接待访客。
- 不要使用公共交通工具、共享出行或出租车。
- 不要去上班、上学或公共场所。

### 遏制COVID-19传播

- **遮住咳嗽和喷嚏。**咳嗽或打喷嚏时，用纸巾或衣袖遮住口鼻，请勿用手进行遮盖。咳嗽或打喷嚏后，将纸巾扔进套有垃圾袋的垃圾桶，立即用肥皂和水洗手至少20秒钟。
- 经常用肥皂和水彻底洗手至少20秒钟。
- 避免不洗手就触摸眼鼻口。
- 避免共用家居用品。
- 每天清洁和消毒所有“高频接触”的表面。
- [遵循阿拉米达县公共卫生部的居家医学隔离和指南。](#)



**您收到此文档是因为您已接受检测，正在等待结果。**



Alameda County  
Health Care Services Agency



Alameda County Public Health Department  
Celebrating Healthy People in Healthy Communities

### Contact

Public Health Department:  
(510) 267-8000 Main Line

COVID-19 Information:  
(510) 268-2101

[www.acphd.org](http://www.acphd.org)

Colleen Chawla – Agency Director  
Kimi Watkins-Tartt – Director  
Nicholas Moss, MD – Interim Health Officer