

在等待COVID-19採檢結果？



Tips

在等待COVID-19採檢結果期間，請遵循以下重要步驟以防感染他人。

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

步驟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](#)）。

如何自我醫學隔離：



- 留在家裡。
- 留在自己的房間裡並盡可能遠離他人。遠離患嚴重疾病的高風險人士 (high risk of serious illness) 非常重要。
- 使用單獨的衛生間（如有）。
- 如果可能，任何人進入您房間時都應戴口罩。離開房間後，他們應立即清潔雙手，再將口罩放入套有垃圾袋的垃圾桶中丟棄，然後再次洗手。
- 請勿為他人做飯或端盛飯菜。
- 盡可能不要照顧孩子。
- 如果可能，不要接觸寵物或其他動物。
- 不要在家中接待訪客。
- 不要使用公共交通工具、共享乘車或計程車。
- 不要去上班、上學或公共場所。

遏制COVID-19傳播

- **遮住咳嗽和噴嚏。**咳嗽或打噴嚏時，用紙巾或衣袖遮住口鼻，請勿用手進行遮蓋。咳嗽或打噴嚏後，將紙巾扔進套有垃圾袋的垃圾桶，立即用肥皂和水洗手至少20秒鐘。
- 經常用肥皂和水徹底洗手至少20秒鐘。
- 避免不洗手就觸摸眼鼻口。
- 避免共用家居用品。
- 每天清潔和消毒所有「高頻接觸」的表面。
- [遵循阿拉米達縣公共衛生部的居家醫學隔離和指南](#)



您收到此文檔是因為您已接受採檢，正在等待結果。



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

Colleen Chawla – Agency Director

Kimi Watkins-Tartt – Director

Nicholas Moss, MD – Interim Health Officer