

## Hướng Dẫn về Đi Lại, Sàng Lọc và Loại Trừ Dành Cho Chủ Doanh Nghiệp Trong Thời Gian COVID-19 của New Hampshire

11 Tháng Một, 2021

Sự lây lan của COVID-19 có thể xảy ra ở nơi làm việc và gây ảnh hưởng đáng kể đến nhân viên và hoạt động kinh doanh. Thậm chí một người có thể đưa COVID-19 vào nơi làm việc và dẫn đến nhiều người khác cần phải cách ly tại nhà, điều này có thể ảnh hưởng đáng kể đến hoạt động kinh doanh. Các doanh nghiệp và chủ doanh nghiệp có thể ngăn chặn và làm chậm sự lây lan của COVID-19 tại nơi làm việc bằng cách thực hiện hướng dẫn giảm thiểu COVID-19 cho sức khỏe cộng đồng được khuyến nghị. Một thành phần quan trọng của hướng dẫn kinh doanh để ngăn chặn việc đưa COVID-19 vào nơi làm việc là sàng lọc nhân viên hiệu quả và loại trừ thích hợp khỏi công việc đối với những người có bất kỳ [triệu chứng nhiễm COVID-19](#) mới hoặc không rõ nguyên nhân hoặc các yếu tố nguy cơ phơi nhiễm, bao gồm cả việc đi lại (xem thêm [Hướng Dẫn Đi Lại](#) chung của Sở Y Tế Và Dịch Vụ Dân Sinh (DPHS) New Hampshire).

### Hướng Dẫn về Đi Lại dành cho Chủ Doanh Nghiệp

Nhiều khu vực trên thế giới, bao gồm cả các khu vực ở Hoa Kỳ, tiếp tục có mức độ nhiễm COVID-19 mới cao, dẫn đến nguy cơ phơi nhiễm cao cho những người sống hoặc đi du lịch đến các khu vực này. Ngoài ra còn có các chủng mới xuất hiện có khả năng lây nhiễm mạnh hơn và dễ lây lan hơn. Các loại hình du lịch và hoạt động khác nhau (ví dụ: đi trên phương tiện giao thông công cộng, đi trên tàu du lịch, tương tác với nhiều nhóm người, v.v.) cũng làm tăng nguy cơ phơi nhiễm COVID-19 của một người, bất kể điểm đến cuối cùng là gì. Do đó, các chủ doanh nghiệp nên thực hiện các bước sau để giảm thiểu nguy cơ nhân viên bị phơi nhiễm với COVID-19 và sau đó đưa chủng virus corona mới vào nơi làm việc

- Không cho phép đi công tác trong nước và quốc tế không cần thiết, đặc biệt là việc đi lại liên quan đến các hoạt động và tương tác nhóm lớn hơn (ví dụ: hội nghị, cuộc họp).
- Không khuyến khích du lịch quốc tế cá nhân
- Không khuyến khích việc đi lại cá nhân trong nước đến các khu vực bên ngoài New England (ME, NH, VT, MA, RI, CT)
- Ngăn cản mọi việc đi lại cá nhân trên các phương tiện giao thông công cộng (tức là xe buýt, máy bay, tàu hỏa, tàu điện ngầm, v.v.).
- Không khuyến khích du lịch trên tàu du lịch.
- Không khuyến khích các cuộc tụ họp xã hội hoặc gia đình cá nhân nơi những người không liên quan, hoặc những người không có quan hệ gần gũi trong gia đình với nhau, đang tụ tập trong nhà và tiếp xúc gần gũi với nhau.

### Sàng Lọc Rủi Ro và Bệnh Tật của Nhân Viên

- Các cơ sở và doanh nghiệp nên đặt câu hỏi sàng lọc để đánh giá rủi ro đối với COVID-19 hàng ngày trước khi nhân viên được phép làm việc:
  - Bạn có bất kỳ [triệu chứng nhiễm COVID-19](#) hoặc sốt 100,4 độ F trở lên mới xuất hiện không? Các triệu chứng nhiễm COVID-19 có thể bao gồm
    - Sốt, hoặc cảm thấy sốt;
    - Các triệu chứng về hô hấp như sổ mũi, nghẹt mũi, đau họng, ho, khó thở;
    - Các triệu chứng chung của cơ thể như đau nhức cơ, ớn lạnh và mệt mỏi nghiêm trọng;

- Các triệu chứng tiêu hóa như buồn nôn, nôn hoặc tiêu chảy, và
- Những thay đổi về vị giác hoặc khứu giác.
- Bạn có từng tiếp xúc gần với người có kết quả xét nghiệm dương tính với COVID-19 trong 10 ngày trước đó không? (Lưu ý: nhân viên y tế chăm sóc bệnh nhân nhiễm COVID-19 khi đeo thiết bị bảo hộ cá nhân thích hợp nên trả lời “không” vì họ không được coi là có phơi nhiễm)
- Bạn có đi du lịch trong 10 ngày trước đó cho các mục đích không cần thiết,\* bên ngoài NH, ME, VT, MA, RI, hoặc CT, bao gồm trong nước (trong lãnh thổ Hoa Kỳ), quốc tế (bên ngoài Hoa Kỳ) hoặc trên du thuyền không?

*\* Đi lại cần thiết bao gồm đi làm, đi học, an toàn cá nhân, chăm sóc y tế, chăm sóc người khác, quyền giám hộ chung của cha mẹ, thuốc men và đồ ăn hoặc thức uống (chỉ các chuyến đi ngắn chỉ để mua mang đi và đồ tạp hóa). Đi lại cần thiết cũng bao gồm việc đi lại cho học sinh và cha mẹ hoặc người giám hộ của họ, những người đang đến thăm các cơ sở học cao hơn hoặc các trường trung học dự bị với tư cách là học sinh tiềm năng trong tương lai, bao gồm cả việc cho phép học sinh ở lại trường để ở lại qua đêm.*

### Loại Trừ Nhân Viên Do Các Triệu Chứng (Hướng Dẫn “Cô Lập”)

Những người có bất kỳ triệu chứng nhiễm COVID-19 mới hoặc không rõ nguyên nhân (ngay cả khi chỉ là các triệu chứng nhẹ) **không** được phép vào cơ sở. Những người có triệu chứng nên được hướng dẫn liên hệ với nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe của họ để được xét nghiệm COVID-19 và phải tự cô lập tại nhà, điều này bao gồm những người đã được tiêm vắc xin ngừa COVID-19 trước đó hoặc những người đã nhiễm COVID-19 trước đó. Đối với những người không có nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc chính, hoặc nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc chính không/không thể xét nghiệm, cá nhân đó nên tìm kiếm xét nghiệm COVID-19 tại một trong nhiều địa điểm xét nghiệm tại NH. Người đó có thể được phép “cô lập” và trở lại làm việc khi:

- Tất cả các tiêu chí sau đều được đáp ứng:
  1. Người đó xét nghiệm âm tính bằng một xét nghiệm thích hợp để phát hiện COVID-19 hoạt động (bao gồm cả xét nghiệm PCR và dựa trên kháng nguyên).
  2. Họ hết sốt trong ít nhất 24 giờ sau khi dùng thuốc hạ sốt và các triệu chứng khác đang cải thiện.
  3. Họ không có yếu tố nguy cơ phơi nhiễm COVID-19 trong 10 ngày trước đó (ví dụ: tiếp xúc gần với một người nhiễm COVID-19 hoặc các yếu tố nguy cơ khi đi du lịch) sẽ yêu cầu người đó hoàn thành cách ly tối thiểu 10 ngày ngay cả khi kết quả xét nghiệm âm tính (xem hướng dẫn cách ly và “các trường hợp ngoại lệ đối với các yêu cầu cách ly” bên dưới).

### HOẶC

- Người đó đã đáp ứng các tiêu chuẩn của Trung Tâm Kiểm Soát Và Phòng Ngừa Dịch Bệnh Hoa Kỳ (CDC) để ngừng cách ly (áp dụng cho những người có kết quả xét nghiệm dương tính, hoặc đối với những người có triệu chứng không được xét nghiệm). Hướng dẫn này yêu cầu mọi người cô lập ít nhất 10 ngày sau khi bắt đầu có triệu chứng, có thể lâu hơn tùy thuộc vào sự tiến triển của các triệu chứng ở người đó.

### Loại Trừ Nhân Viên do Phơi Nhiễm Đã Biết hoặc Tiềm Năng (Hướng dẫn “Cách ly”)

Những người báo cáo có tiếp xúc gần với người nhiễm COVID-19 hoặc những người báo cáo các yếu tố rủi ro khi đi du lịch (như đã nêu ở trên trong các câu hỏi sàng lọc) **không** được phép vào cơ sở trừ khi họ hội đủ điều kiện

cho "các trường hợp ngoại lệ đối với các yêu cầu cách ly" được nêu dưới đây, và họ cần được hướng dẫn cách [tự cách ly](#) tại nhà.

Một người có thể được cho phép ngừng "cách ly" và trở lại làm việc khi đã qua ít nhất 10 ngày kể từ lần tiếp xúc cuối cùng với người bị nhiễm COVID-19 hoặc trở về từ chuyến du lịch. Các doanh nghiệp và tổ chức phục vụ các nhóm dân cư dễ bị tổn thương hoặc các môi trường sống tập trung có nguy cơ lây truyền cao (ví dụ: cơ sở chăm sóc dài hạn, nhà tù/nhà giam, v.v.) được khuyến nghị yêu cầu cách ly 14 ngày đối với cư dân và nhân viên để giảm thiểu nguy cơ lây truyền trong cơ sở của họ và để giảm thiểu tác động đến các nhóm dân cư dễ bị tổn thương. Trong trường hợp chủ lao động có chính sách kiểm dịch nghiêm ngặt hơn (tức là yêu cầu cách ly 14 ngày), nhân viên nên tuân theo chính sách của chủ lao động.

Những người được xác định có nguy cơ cao hơn khi đi du lịch bên ngoài New England (như đã nêu ở trên trong các câu hỏi sàng lọc) có lựa chọn rút ngắn thời gian cách ly liên quan đến du lịch của họ bằng cách làm xét nghiệm vào ngày thứ 6-7 trong thời gian cách ly để xét nghiệm khả năng nhiễm SARS-CoV-2 đang hoạt động. (SARS-CoV-2 là loại virus corona mới gây ra COVID-19); xét nghiệm này phải là xét nghiệm phân tử (ví dụ: xét nghiệm dựa trên PCR). Các xét nghiệm kháng nguyên không được chấp nhận cho mục đích này. Nếu xét nghiệm thu được vào ngày cách ly thứ 6-7, (nghĩa là trong vòng 48 giờ trước khi kết thúc kiểm dịch sau ngày 7), người đó không có triệu chứng, và xét nghiệm âm tính, thì người đó có thể kết thúc cách ly sớm, nhưng họ vẫn phải [tự quan sát](#) các triệu chứng của COVID-19 và tuân thủ nghiêm ngặt các biện pháp giảm thiểu COVID-19 (giãn cách xã hội, tránh tụ tập đông người, đeo khẩu trang, thực hiện vệ sinh tay thường xuyên, v.v.) trong 14 ngày sau ngày cuối cùng của chuyến du lịch. Nếu xuất hiện bất kỳ [triệu chứng nhiễm COVID-19](#) mới nào, người đó nên cách ly hoặc thực hiện xét nghiệm lại (ngay cả khi người đó gần đây đã được xét nghiệm để ngừng cách ly). Tùy chọn "xét nghiệm" để ngừng cách ly sau 7 ngày này CHỈ áp dụng cho những trường hợp cách ly liên quan đến du lịch (không phải cách ly do phơi nhiễm tiếp xúc gần có nguy cơ cao với một người nhiễm COVID-19).

Những người được xác định là tiếp xúc gần với người được chẩn đoán nhiễm COVID-19 phải cách ly tối thiểu 10 ngày và bản thân phải được xét nghiệm, nhưng xét nghiệm COVID-19 không cho phép người được xác định là "tiếp xúc gần" được ngừng cách ly trong thời gian 10 ngày của họ; xét nghiệm chỉ nhằm mục đích xác định sớm sự lây nhiễm để cơ quan y tế công cộng có thể thực hiện truy vết xác định thêm những người có nguy cơ nhiễm COVID-19. Bất kỳ người nào bị phơi nhiễm được xác định kết thúc cách ly sau 10 ngày vẫn phải tự theo dõi bản thân hàng ngày để tìm các triệu chứng nhiễm COVID-19 và tuân thủ nghiêm ngặt tất cả các biện pháp giảm thiểu COVID-19 được khuyến nghị (giãn cách xã hội, tránh tụ tập đông người, đeo khẩu trang, thực hiện vệ sinh tay thường xuyên, v.v.) trong đủ 14 ngày sau lần có khả năng bị phơi nhiễm cuối cùng. Người đó nên cách ly và tìm kiếm xét nghiệm lại khi có bất kỳ [triệu chứng nhiễm COVID-19](#) mới (ngay cả khi người đó gần đây đã được xét nghiệm để ngừng cách ly).

### Các Trường Hợp Ngoại Lệ Đối Với Yêu Cầu Cách Ly

Những người sau KHÔNG cần phải cách ly sau khi tiếp xúc gần với người nhiễm COVID-19 cũng như sau khi đi du lịch bên ngoài New England:

1. Những người đã tiêm liều vắc xin ngừa COVID-19 được 14 ngày (tức là 14 ngày sau khi tiêm vắc xin đầy đủ).
2. Những người trong vòng 90 ngày kể từ ngày nhiễm SARS-CoV-2 trước đó đã được chẩn đoán bằng PCR hoặc xét nghiệm kháng nguyên (nếu một người trước đó đã bị lây nhiễm trong hơn 90 ngày, thì họ vẫn cần phải cách ly).

Tuy nhiên, những người này vẫn cần tự theo dõi các triệu chứng của COVID-19 hàng ngày, thực hành giãn cách xã hội, tránh tụ tập xã hội và các nhóm khác, luôn đeo khẩu trang khi ở gần người khác và thực hành vệ sinh tay đúng cách mọi lúc. Tất cả các hướng dẫn kiểm soát lây nhiễm và giảm thiểu COVID-19 trong kinh doanh khác phải được tuân thủ. Đối với nhân viên y tế, điều này bao gồm việc tiếp tục sử dụng tất cả các thiết bị bảo hộ cá nhân (PPE) thích hợp khi đánh giá hoặc điều trị bệnh nhân (bao gồm cả những bệnh nhân nghi ngờ hoặc đã xác nhận nhiễm COVID-19).

Dưới đây là các ngoại lệ bổ sung đối với các yêu cầu cách ly sau khi tiếp xúc gần với người nhiễm COVID-19 hoặc sau khi đi du lịch có rủi ro cao hơn; tuy nhiên, các ngoại lệ sau đây không phải là thông lệ tiêu chuẩn. Tất cả các nỗ lực cần được thực hiện để cho phép nhân viên làm việc từ xa trong thời gian cách ly. Đối với những người không đáp ứng hai tiêu chí trên, các ngoại lệ bổ sung chỉ nên thực hiện ngoại lệ nếu xảy ra **một** trong các trường hợp sau đây:

1. Yếu tố rủi ro duy nhất của nhân viên đối với COVID-19 là đi du lịch (tức là không có tiếp xúc gần được xác định với người nhiễm COVID-19), họ không có bất kỳ dấu hiệu hoặc triệu chứng nhiễm COVID-19 nào **VÀ** người đó đã đi du lịch vì các mục đích thiết yếu. “Đi lại cần thiết” bao gồm đi làm, đi học, an toàn cá nhân, chăm sóc y tế, chăm sóc người khác, quyền giám hộ chung của cha mẹ, thuốc men và đồ ăn hoặc thức uống (các chuyến đi ngắn ngày chỉ dành cho mua mang đi và đồ tạp hóa). Đi lại cần thiết cũng bao gồm việc đi lại cho học sinh và cha mẹ hoặc người giám hộ của họ, những người đang đến thăm các cơ sở học cao hơn hoặc các trường trung học dự bị với tư cách là học sinh tiềm năng trong tương lai, bao gồm cả việc cho phép học sinh ở lại trường để ở lại qua đêm. Những nhân viên không phạm sự đến các khu vực rủi ro cao hơn vì lý do cá nhân hoặc giải trí không được áp dụng sự miễn trừ này, và các doanh nghiệp và chủ doanh nghiệp nên xây dựng các chính sách không khuyến khích hoặc ngăn cản những nhân viên quan trọng đến các khu vực có nguy cơ cao vì những mục đích không cần thiết. Ngay cả khi một nhân viên được phép làm việc sau khi “đi lại cần thiết”, nhân viên đó phải đeo khẩu trang, giữ khoảng cách ít nhất 6 feet với các nhân viên và khách hàng khác, tham gia kiểm tra sức khỏe hàng ngày và tự theo dõi các triệu chứng.

### HOẶC

2. Nhân viên làm việc trong linh vực cơ sở hạ tầng quan trọng (xem thêm [bản ghi nhớ CISA](#) này để biết thêm chi tiết và ví dụ) **VÀ** được coi là cần thiết cho hoạt động của doanh nghiệp (“nhân viên quan trọng”). Nhân viên quan trọng có thể được phép làm việc trong thời gian cách ly nếu đáp ứng **tất cả** các tiêu chí sau:
  - Nhân viên không có bất kỳ dấu hiệu hoặc triệu chứng nhiễm COVID-19 nào;
  - Nhân viên không phải là người tiếp xúc trong hộ gia đình đối với ca nhiễm COVID-19 đã được xác nhận;
  - Nhân viên được coi là cần thiết cho hoạt động của doanh nghiệp và tác động kinh doanh đáng kể sẽ phải trải qua nếu nhân viên không trực tiếp làm việc;
  - Nhân viên không thể tiến hành các chức năng thiết yếu từ xa;
  - Không có nhân sự thay thế cho nhân viên;
  - Nhân viên tự cách ly vì tất cả các mục đích khác ngoài báo cáo làm việc;
  - Nhân viên đeo khẩu trang, giữ khoảng cách ít nhất 6 feet với các nhân viên khác và khách hàng, đồng thời tham gia kiểm tra sức khỏe hàng ngày khi làm việc như được nêu trong [hướng dẫn](#) của CDC.

Một tùy chọn bổ sung cho một doanh nghiệp cơ sở hạ tầng quan trọng đang gặp phải tình trạng thiếu hụt nhân viên đáng kể do nhân viên đang ở trong diện cách ly dẫn đến không thể duy trì hoạt động, doanh nghiệp cũng

có thể chọn thực hiện xét nghiệm phân tử SARS-CoV-2 cho những nhân viên thiết yếu để kết thúc cách ly sau ngày thứ 7 nếu áp dụng tất cả những điều sau đây:

- [Mẫu bệnh phẩm về đường hô hấp thích hợp](#) được thu thập vào các ngày 6-7 sau khi cách ly (tức là trong vòng 48 giờ trước khi kết thúc cách ly sau ngày thứ 7)
- Mẫu vật được xét nghiệm tìm virus SARS-CoV-2 bằng xét nghiệm phân tử (ví dụ: xét nghiệm dựa trên PCR) và âm tính. Thử nghiệm kháng nguyên không được chấp nhận cho mục đích này.
- Người đó vẫn không có triệu chứng
- Người đó tiến hành tự theo dõi hàng ngày về các triệu chứng trong đủ 14 ngày sau lần có khả năng phơi nhiễm cuối cùng
- Người đó tuân thủ nghiêm ngặt tất cả các biện pháp can thiệp không dùng thuốc được khuyến nghị (giãn xã hội, tránh tụ tập đông người, sử dụng khẩu trang, vệ sinh tay, v.v.) trong 14 ngày sau lần có khả năng phơi nhiễm cuối cùng
- Nếu người đó xuất hiện các triệu chứng của COVID-19, họ nên cách ly ngay lập tức và tìm kiếm xét nghiệm COVID-19, ngay cả khi người đó đã có kết quả xét nghiệm âm tính trước đó hoặc gần đây.

Những nhân viên chuyên môn hoặc kỹ thuật phải đến New Hampshire từ các địa điểm khác để hỗ trợ các doanh nghiệp cơ sở hạ tầng quan trọng được phép ở lại qua đêm trong các khách sạn ở New Hampshire mà không cần cách ly tại nhà của họ trước khi đến. Họ phải tuân theo hướng dẫn khác ở trên liên quan đến việc đeo khẩu trang và giãn cách xã hội khi làm việc và ở những nơi công cộng (ví dụ: quá cảnh qua khách sạn của họ, mua thức ăn mang ra khỏi cửa hàng, v.v.), và họ phải cách ly và tránh xa môi trường công cộng khi không làm việc.

Nhân viên y tế và người sử dụng lao động nên tuân theo [hướng dẫn](#) cụ thể dành cho nhân viên y tế của Trung Tâm Kiểm Soát và Phòng Ngừa Dịch Bệnh Hoa Kỳ (CDC) và nên tham khảo hướng dẫn của Vụ Dịch Vụ Y Tế Công Cộng (DPHS) NH về [Tiêu Chuẩn Để Trở Lại Làm Việc Và Khủng Hoảng về Nhân Viên Cho Các Cơ Sở Chăm Sóc Dài Hạn và Các Bối Cảnh Y Tế Khác](#), có thể được áp dụng cho các cơ sở chăm sóc sức khỏe khác để giải quyết các mức khủng hoảng về nhân viên.



### Tóm Tắt về Cô Lập và Cách Ly

Triệu chứng của nhân viên/Tình trạng xét nghiệm	Tiếp xúc trong hộ gia đình (rủi ro cao nhất) với người nhiễm COVID-19 trong 14 ngày qua	Tiếp xúc gần không trong hộ gia đình với người nhiễm COVID-19 trong 14 ngày qua	Đã đi du lịch quốc tế, bằng tàu du lịch hoặc trong nước bên ngoài New England	Đi du lịch trong New England hoặc không đi du lịch
Triệu chứng nhiễm COVID-19 mới hoặc không rõ nguyên nhân	<p>Cô lập và thực hiện xét nghiệm ngay lập tức.</p> <p>Nếu âm tính, <a href="#">Tự Cách Ly</a> trong 10 ngày kể từ ngày phơi nhiễm cuối cùng</p> <p>Xem "miễn trừ các yêu cầu cách ly"</p>	<p>Cô lập và thực hiện xét nghiệm ngay lập tức.</p> <p>Nếu âm tính, <a href="#">Tự Cách Ly</a> trong 10 ngày kể từ ngày phơi nhiễm cuối cùng</p> <p>Xem "miễn trừ các yêu cầu cách ly"</p>	<p>Cô lập và thực hiện xét nghiệm ngay lập tức.</p> <p>Nếu âm tính, người đó có thể trở lại các hoạt động bình thường sau ít nhất 24 giờ mà không bị sốt (không dùng thuốc hạ sốt) và các triệu chứng khác đang cải thiện, VÀ áp dụng bất kỳ một trong các tiêu chí sau:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Người đã được tiêm vắc xin ngừa COVID-19 đầy đủ (ít nhất 14 ngày đã trôi qua kể từ khi tiêm liều vắc-xin ngừa COVID-19 thứ hai) hoặc người trước đó đã có kết quả xét nghiệm dương tính với COVID-19 hoạt động trong 90 ngày trước đó.</li> <li>2. Người hoàn tất việc <a href="#">tự cách ly</a> trong 10 ngày kể từ ngày đi du lịch cuối cùng</li> <li>3. Việc đi lại thuộc nhóm "đi lại cần thiết"</li> <li>4. Xét nghiệm kết thúc cách ly sau 7 ngày bằng xét nghiệm SARS-CoV-2 âm tính vào ngày cách ly thứ 6-7 (phải là xét nghiệm phân tử để phát hiện nhiễm trùng đang hoạt động, chẳng hạn như xét nghiệm PCR) (Lưu ý: Nếu một người đã được xét nghiệm trước ngày thứ 6-7 của thời gian cách ly do các triệu chứng và âm tính, thì xét nghiệm thứ hai vào ngày thứ 6-7 vẫn được yêu cầu để có thể kết thúc cách ly sớm sau 7 ngày.)</li> </ol> <p>Nếu người đi du lịch được chỉ định là nhân viên cơ sở hạ tầng quan trọng cần thiết, thì người đó có thể trở lại làm việc khi họ không bị sốt ít nhất 24 giờ (không dùng thuốc hạ sốt) và các triệu chứng khác được cải thiện, nhưng họ phải cách ly đối với tất cả những việc không liên quan đến công việc các mục đích theo hướng dẫn cách ly.</p>	<p>Cô lập và thực hiện xét nghiệm ngay lập tức.</p> <p>Nếu âm tính, người đó có thể trở lại hoạt động bình thường sau ít nhất 24 giờ mà không bị sốt (hết thuốc hạ sốt) và các triệu chứng khác đang cải thiện</p>

Triệu chứng của nhân viên/Tình trạng xét nghiệm	Tiếp xúc trong hộ gia đình (rủi ro cao nhất) với người nhiễm COVID-19 trong 14 ngày qua	Tiếp xúc gần không trong hộ gia đình với người nhiễm COVID-19 trong 14 ngày qua	Đã đi du lịch quốc tế, bằng tàu du lịch hoặc trong nước bên ngoài New England	Đi du lịch trong New England hoặc không đi du lịch
Hết triệu chứng	<p><a href="#">Tự Cách Ly</a> trong 10 ngày kể từ ngày tiếp xúc cuối cùng</p> <p>Thực hiện xét nghiệm</p> <p>Xem "miễn trừ các yêu cầu cách ly"</p>	<p><a href="#">Tự Cách Ly</a> trong 10 ngày kể từ ngày có khả năng phơi nhiễm cuối cùng</p> <p>Thực hiện xét nghiệm</p> <p>Xem "miễn trừ các yêu cầu cách ly"</p>	<p><a href="#">Tự Cách Ly</a> trong 10 ngày kể từ ngày cuối cùng của chuyến đi (trừ khi: du lịch được coi là "du lịch cần thiết", người đó đã được tiêm vắc xin đầy đủ và đã qua ít nhất 14 ngày kể từ khi tiêm liều vắc-xin ngừa COVID-19 thứ hai, hoặc người trước đó có kết quả xét nghiệm dương tính với COVID-19 hoạt động trong 90 ngày trước đó)</p> <p>Một người có quyền lựa chọn xét nghiệm để kết thúc cách ly sau 7 ngày với xét nghiệm SARS-CoV-2 âm tính vào ngày thứ 6-7 của đợt cách ly (phải là một xét nghiệm phân tử để phát hiện nhiễm trùng đang hoạt động, chẳng hạn như xét nghiệm dựa trên PCR).</p> <p>Nếu người đi du lịch được chỉ định là nhân viên cơ sở hạ tầng quan trọng thiết yếu, thì người đó có thể trở lại làm việc như đã nêu ở trên, nhưng họ phải cách ly cho tất cả các mục đích không liên quan đến công việc theo hướng dẫn cách ly.</p>	Không có hạn chế
Xét nghiệm dương tính với COVID-19	<a href="#">Tự Cô Lập</a>	<a href="#">Tự Cô Lập</a>	<a href="#">Tự Cô Lập</a>	<a href="#">Tự Cô Lập</a>

Đi lại cần thiết: Đi lại cần thiết bao gồm đi làm, đi học, an toàn cá nhân, chăm sóc y tế, chăm sóc người khác, quyền giám hộ chung của cha mẹ, thuốc men và đồ ăn hoặc thức uống (các chuyến đi ngắn ngày chỉ để mua mang đi và đồ tạp hóa). Đi lại cần thiết cũng bao gồm việc đi lại dành cho học sinh và cha mẹ hoặc người giám hộ của họ, những người đang đến thăm các cơ sở học cao hơn hoặc các trường trung học dự bị với tư cách là học sinh tiềm năng trong tương lai, bao gồm cả việc cho phép học sinh ở lại trường để ở lại qua đêm. Những nhân viên không thiết yếu đi đến các khu vực có nguy cơ cao hơn vì lý do cá nhân hoặc giải trí không được áp dụng sự miễn trừ này.

### Sự khác biệt giữa Cô Lập và Cách Ly là gì?

Cô lập áp dụng cho những người bị bệnh hoặc bị nhiễm loại virus corona mới gây ra COVID-19; và cách ly áp dụng cho những người có khả năng bị phơi nhiễm và có nguy cơ bị nhiễm bệnh. Cả hai đều có nghĩa là một người cần phải ở nhà tránh xa những người khác, nhưng thời gian cần thiết cho mỗi người là khác nhau. Xem tổng quan về sự khác biệt này [trực tuyến](#).