

Khuyến Nghị Về Cô Lập & Cách Ly Cho Công Chúng

Các bảng dưới đây tóm tắt [hướng dẫn cô lập và cách ly cập nhật của CDC](#) cho công chúng, đã được điều chỉnh bởi New Hampshire. CDC cũng giải thích lý do đằng sau hướng dẫn cập nhật của họ với câu trả lời cho các câu hỏi thường gặp (xem [Cơ Sở Cô Lập & Cách Ly](#))

Hướng dẫn này áp dụng cho công chúng, bao gồm cả nơi làm việc và các trường K-12. Hướng dẫn này KHÔNG áp dụng cho các cơ sở chăm sóc sức khỏe, cơ sở cải huấn hoặc nơi tạm trú cho người vô gia cư. Các tổ chức chăm sóc sức khỏe nên tham khảo [Hướng Dẫn Tạm Thời Riêng Biệt Của CDC Về Quản Lý Nhân Viên Chăm Sóc Sức Khỏe Bị Nhiễm Hoặc Phơi Nhiễm SARS-Cov-2](#), và các [Chiến Lược Để Giảm Thiểu Tình Trạng Thiếu Hụt Nhân Lực Chăm Sóc Sức Khỏe](#) của họ.

Người cần cô lập	Hành động được đề xuất
<p>Bất kỳ người nào có kết quả xét nghiệm dương tính với COVID-19 hoặc có các triệu chứng nhiễm COVID-19 trong khi chờ xét nghiệm - bất kể tình trạng tiêm chủng, lây nhiễm trước đó hay không có triệu chứng.</p> <p>(Lưu ý: CDC khuyến nghị thời gian cách ly lâu hơn đối với những người bị bệnh nặng với COVID-19 và cần nhập viện hoặc hỗ trợ tại đơn vị chăm sóc đặc biệt, hoặc đối với những người có hệ thống miễn dịch bị tổn thương nghiêm trọng.)</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Ở nhà và tránh xa những người khác (kể cả những người trong gia đình) ít nhất 5 ngày. • Việc cô lập có thể kết thúc sau ngày thứ 5 nếu bạn không sốt (không dùng thuốc hạ sốt) trong ít nhất 24 giờ và các triệu chứng khác đang cải thiện. • Nếu sốt trong 24 giờ trước đó, hoặc nếu các triệu chứng khác không cải thiện, thì quý vị nên tiếp tục cách ly cho đến khi hết sốt và các triệu chứng cải thiện trong ít nhất 24 giờ, hoặc cho đến sau 10 ngày cách ly. • Trong 10 ngày: <ul style="list-style-type: none"> ○ Mang khẩu trang vừa vặn khi ở gần những người khác. ○ Tránh những người bị suy giảm miễn dịch hoặc có nguy cơ cao mắc bệnh nặng. ○ Tránh đi du lịch, nếu có thể. <p>Lưu ý: theo hướng dẫn của CDC, quý vị có thể thực hiện xét nghiệm kháng nguyên vào ngày thứ 5 trước khi kết thúc phân lập và nếu dương tính, quý vị nên tiếp tục cách ly tổng cộng 10 ngày. Các cá nhân và doanh nghiệp/tổ chức có thể cân nhắc nhưng không bắt buộc phải áp dụng chiến lược thử nghiệm này.</p>
<p>Những người nên cách ly sau khi tiếp xúc với người có COVID-19</p>	<p>Hành động được đề xuất</p>
<p>Tiếp xúc trong gia đình là những người:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Chưa được tiêm chủng; HOẶC • Không “cập nhật” về việc nhận tất cả các liều vắc xin COVID-19 được khuyến nghị 	<ul style="list-style-type: none"> • Ở nhà và tránh xa những người khác trong 5 ngày sau lần tiếp xúc cuối cùng. • Theo dõi các triệu chứng đối với COVID-19 trong 10 ngày sau lần tiếp xúc cuối cùng và đi xét nghiệm nếu các triệu chứng phát triển. • Đi xét nghiệm ít nhất 5 ngày sau khi bị phơi nhiễm, ngay cả khi không có triệu chứng nào phát triển. Nếu tích cực, hãy chuyển sang trạng thái cô lập. • Trong 10 ngày: <ul style="list-style-type: none"> ○ Mang khẩu trang vừa vặn khi ở gần những người khác. ○ Tránh những người bị suy giảm miễn dịch hoặc có nguy cơ cao mắc bệnh nặng. ○ Tránh đi du lịch, nếu có thể.

Những người KHÔNG cần cách ly sau khi tiếp xúc với người nhiễm COVID-19	Hành động được đề xuất
<ul style="list-style-type: none"> Giảm nguy cơ phơi nhiễm trong môi trường cộng đồng (ví dụ: các tiếp xúc ngoài hộ gia đình) Những người tiếp xúc trong gia đình “cập nhật” về việc nhận tất cả các liều vắc xin COVID-19 được khuyến nghị Những người tiếp xúc trong gia đình chưa được tiêm phòng trong vòng 90 ngày kể từ ngày xét nghiệm dương tính với COVID-19 bằng xét nghiệm kháng nguyên hoặc dựa trên PCR 	<ul style="list-style-type: none"> Đeo khẩu trang vừa vặn xung quanh người khác trong 10 ngày, đặc biệt là khi ở trong nhà. Nếu các triệu chứng phát triển, hãy ở nhà và đi xét nghiệm COVID-19. Đi xét nghiệm COVID-19 vào ngày thứ 5, ngay cả khi quý vị không có triệu chứng. Nếu kết quả xét nghiệm dương tính, hãy làm theo các khuyến nghị cô lập ở trên.

Định nghĩa:

Cô lập: Đối với những người bị bệnh hoặc có kết quả xét nghiệm dương tính với vi-rút COVID-19.

Cách ly: Đối với những người đã tiếp xúc với vi-rút COVID-19 và có nguy cơ lây nhiễm.

Tiếp xúc trong gia đình: Bất kỳ người nào sống hoặc ngủ trong cùng một không gian chung trong nhà với một người khác được chẩn đoán mắc COVID-19 (sống tạm thời hoặc lâu dài) dẫn đến việc tiếp xúc với người nhiễm COVID-19.

“Cập nhật” về tiêm chủng COVID-19: Một người “cập nhật” về tiêm chủng COVID-19 khi họ đã hoàn thành loạt vắc xin ngừa COVID-19 chính (vắc xin J&J Janssen một liều hoặc loạt 2 liều của vắc-xin Pfizer-BioNTech hoặc Moderna) VÀ bất kỳ mũi tiêm nhắc lại nào mà họ đủ điều kiện và được khuyến nghị tiêm. CDC có thông tin về việc [cập nhật vắc-xin COVID-19](#) và ai nên tiêm mũi nhắc lại.

Chưa được tiêm chủng ngừa: Bất kỳ người nào CHƯA hoàn thành việc tiêm loạt vắc xin ngừa COVID-19 chính.