

## 等待 COVID-19 结果

您正在接受 COVID-19（又称为新型冠状病毒）的评估。

您的医疗保健提供者或护士将电话告诉您结果。

### 得知结果之前：

- 如果您感觉自己生病了，您需要呆在家中并与其他家庭成员隔离。
- 如果您曾近距离接触 COVID-19 确诊患者，您需要呆在家中，这称之为隔离。
- 如果您感觉良好而且从未近距离接触 COVID-19 确诊患者，收到结果之前，您可以依照当前的 Health Officer 指南继续进行日常活动。

### 如果您的结果呈阴性：

- 如果您感觉自己生病了，感到好转之前，您需要呆在家中。
- 如果您感觉良好，但是曾近距离接触 COVID-19 确诊患者，在与此人最后接触日期起，您需要在家隔离 14 天。在此期间，如果您出现症状，请与您的医生联系决定是否重新检测。收到结果或符合下下情况之前，您仍需要居家隔离
- 有关检查或居家隔离的更多信息，请访问 <https://www.coronavirus.cchealth.org/>，点击 Get Tested（进行检测）或 COVID-19 页签。

### 如果您的结果呈阳性：

- 如果您感觉自己生病了，感到好转之前，您需要呆在家中，这称之为隔离。症状消失之前，您不能外出。即使您只有轻微症状，自出现症状至少 10 天内，您必须呆在家中。
- 如果您在第 10 天仍有症状，请在以下情况之后继续呆在家中 3 天（72 小时）：
  - 退烧（没有使用泰勒诺或布洛芬等退烧药）且
  - 咳嗽、身体疼痛和咽喉痛等症好转。
  - 此后，您不再需要隔离。
- 如果您感觉良好无症状，自检测之日起，您需要居家隔离 10 天。
  - 在此期间，您应该监测自身状况。如果出现任何症状，请按照上述事项进行隔离。



## 等待 COVID-19 结果

以下是您在恢复正常活动前需要遵循的预防措施。

### 保护公众：

- 呆在家中，除非是要看医生。重新安排非必需医疗保健预约（非紧急医生的预约、牙医预约等）。
- 不要去工作或上学。
- 不要乘坐公共交通（公共汽车、地铁、飞机、出租车、UBER、LYFT）
- 不要外出旅行。
- 不要去影院、教堂、购物中心或任何人群密集区域
- 可以到自家院子去（不是公共院子）

### 保护家人：

- 咳嗽和打喷嚏时用纸巾遮住口鼻，并立即丢弃纸巾。
- 您和您的家人应经常洗手，用肥皂和水洗手至少 20 秒，或者用酒精含量至少为 60% 的酒精洗手液洗手。
- 尽量将自己与家中的其他人隔离。
- 呆在远离他人的特定房间，如果可能，使用单独的卫生间
- 避免与他人共用饮水杯、盘子、餐具、毛巾和床上用品等家居用品。定期清洗后，其他人可以安全地使用这些用品。
- 增加清洁次数，特别是在需要共享的区域，例如卫生间或厨房。
  - 清洁门把手、电话、键盘、平板电脑、床头柜、马桶、卫生间和厨房设备

### 保护社区中的体弱人员：

- 如果您的某个家人有过近距离接触，而此人很多时间都在专业护理机构、护理院、记忆保健中心、教养/拘留所、庇护所、福利院、日间活动服务所、透析中心或医疗机构或在其中工作/是现场急救员，请让我们知道或让其通过如下方式与我们联系：致电 Contra Costa 公共卫生部电话 925-313-6740，或发送电子邮件至 [CoCohelp@cchealth.org](mailto:CoCohelp@cchealth.org)。
- 让与您有过近距离接触的人或与您有过接触的家人监测自己的症状，并让其在您不再需要隔离后呆在家中 14 天。



## 等待 COVID-19 结果

- 如果您家中有人生病，请其与他们的医疗保健提供者联系，并告诉他/她，您的家庭成员与 COVID-19 患者有过接触。

### 监测您的健康：

- 如果您的病情恶化，请立即就医。例如，如果您开始呼吸困难。
- 如果您需要拨打 911，请通知调度人员，您已被诊断患有 COVID-19。
- 在寻求护理之前，请致电您的医疗提供者，并告知他们，您已被诊断患有 COVID-19。请戴上口罩进入任何医疗机构。如果您没有口罩，请派人到该机构索要一个，并告知工作人员您的到来。

如果您有担忧或问题，请在正常营业时间致电 Contra Costa 公共卫生部，其正常营业时间为星期一至星期五上午 8:00 - 下午 5:00，电话为 **925-313-6740**，也可发送电子邮件至 **[CoCohelp@cchealth.org](mailto:CoCohelp@cchealth.org)**

