



CHỜ KẾT QUẢ XÉT NGHIỆM COVID-19

Quý vị đang được xét nghiệm COVID-19 (còn gọi là vi-rút corona mới).

Một y tá hoặc bác sĩ sẽ gọi để thông báo kết quả của quý vị.

Cho đến khi quý vị biết kết quả của mình:

- Nếu **cảm thấy bị bệnh**, quý vị cần phải ở nhà và tự cách ly với các thành viên khác trong gia đình.
- Nếu **đã tiếp xúc gần** với người đã xác nhận bị nhiễm COVID-19 thì quý vị cần phải ở nhà, đây được gọi là cách ly.
- Nếu quý vị **cảm thấy khỏe** và **không tiếp xúc gần** với bất kỳ ai đã xác nhận bị nhiễm COVID-19 thì quý vị có thể tiếp tục các hoạt động bình thường của mình theo hướng dẫn hiện hành của Viên chức Y tế cho đến khi quý vị nhận được kết quả của mình.

Nếu kết quả của quý vị là âm tính:

- Nếu **cảm thấy bị bệnh**, quý vị cần phải ở nhà cho đến khi cảm thấy khá hơn.
- Nếu **cảm thấy khỏe**, nhưng quý vị **đã tiếp xúc gần** với người đã xác nhận bị nhiễm COVID-19, thì quý vị cần phải cách ly ở nhà trong 14 ngày kể từ lần tiếp xúc cuối cùng với người bị bệnh đó. Nếu quý vị phát triển các triệu chứng trong thời gian này, thì hãy theo dõi với bác sĩ của mình để có thể kiểm tra lại. Quý vị cũng sẽ cần phải cách ly tại nhà cho đến khi quý vị nhận được kết quả của mình hoặc cho đến khi quý vị khỏe mạnh như được nêu rõ theo nội dung dưới đây.
- Để biết thêm thông tin về cách được làm xét nghiệm, cách ly tại nhà, vui lòng truy cập: <https://www.coronavirus.cchealth.org/> và nhấp vào các mục Làm Xét nghiệm hoặc Thông tin về COVID-19.

Nếu kết quả của quý vị là dương tính:

- Nếu **cảm thấy bị bệnh**, quý vị cần phải ở nhà cho đến khi khỏe lại, đây được gọi là cách ly. Quý vị không nên rời khỏi nhà cho đến khi không còn các triệu chứng nữa. Ngay cả khi có các triệu chứng nhẹ thì quý vị vẫn phải **ở nhà ít nhất 10 ngày kể từ khi bắt đầu có các triệu chứng**.
- Nếu quý vị vẫn có các triệu chứng sau 10 ngày, thì hãy tiếp tục ở nhà đến 3 ngày (72 giờ) sau khi:
 - Hết sốt (mà không phải dùng thuốc hạ sốt như Tylenol hoặc ibuprofen) và
 - Các triệu chứng như ho, đau nhức cơ thể, đau họng đã được cải thiện.
 - Sau thời gian này, quý vị sẽ không còn cần phải cách ly nữa.
- Nếu quý vị **khỏe và không có triệu chứng**, thì quý vị sẽ phải **cách ly ở nhà 10 ngày kể từ ngày được làm xét nghiệm**.



CHỜ KẾT QUẢ XÉT NGHIỆM COVID-19

- Trong thời gian này, quý vị cũng cần tự theo dõi các triệu chứng. Nếu xuất hiện bất kỳ triệu chứng nào trong thời gian này, quý vị nên thực hiện cách ly như đã nêu ở trên.
- Sau đây là các bước phòng ngừa cần tuân thủ cho đến khi quý vị có thể trở lại hoạt động bình thường.

Bảo vệ Cộng đồng:

- Ở nhà ngoại trừ gặp bác sĩ của quý vị. Sắp xếp lại lịch hẹn chăm sóc sức khỏe chưa cần thiết (hẹn khám bác sĩ không khẩn cấp, hẹn khám nha khoa, v.v.).
- Không đi làm hay đi học.
- Không sử dụng phương tiện giao thông công cộng (Xe buýt, BART, Máy bay, Taxi, UBER, LYFT)
- Không đi du lịch.
- Không đi xem phim, nhà thờ, trung tâm mua sắm hoặc những nơi tập trung đông người
- Quý vị có thể đi ra ngoài sân nhà (không phải là sân chung).

Bảo vệ gia đình của quý vị:

- Che miệng khi ho và hắt hơi, sử dụng khăn giấy và vứt đi ngay lập tức.
- Quý vị và gia đình nên rửa tay thường xuyên bằng xà phòng và nước trong ít nhất 20 giây hoặc sử dụng nước rửa tay có cồn có chứa ít nhất 60% cồn.
- Tự cách ly mình khỏi những người khác trong nhà quý vị càng nhiều càng tốt.
- Ở trong một phòng riêng cách xa người khác và sử dụng phòng tắm riêng nếu có thể
- Tránh dùng chung đồ gia dụng cá nhân như ly uống nước, bát đĩa, dụng cụ ăn uống, khăn tắm và khăn trải giường. Những vật dụng này sẽ an toàn cho người khác sử dụng sau khi giặt rửa thường xuyên.
- Tăng cường dọn dẹp thường xuyên, đặc biệt là trong các khu vực cần dùng chung như phòng tắm hoặc nhà bếp.
 - Làm sạch tay nắm cửa, điện thoại, bàn phím, máy tính bảng, bàn cạnh giường ngủ, nhà vệ sinh, phòng tắm và đồ đạc nhà bếp

Bảo vệ các Thành viên Dễ bị Tổn thương trong cộng đồng của quý vị:

- Nếu quý vị đã tiếp xúc gần hoặc người trong gia đình có nhiều thời gian hoặc làm việc trong cơ sở điều dưỡng lành nghề, viện dưỡng lão, trung tâm chăm sóc trí nhớ, cơ sở cải huấn/giam giữ, nơi trú ẩn, nhà tập thể, chương trình chăm sóc ban ngày, trung tâm thẩm phân lọc máu hoặc cơ sở chăm sóc sức khỏe/dưới tư cách là người phản ứng tuyến đầu, vui lòng cho chúng tôi biết hoặc yêu cầu họ liên hệ với chúng tôi bằng cách gọi cho Bộ phận Sức khỏe Cộng đồng của Contra Costa theo số 925-313-6740 hoặc gửi email cho chúng tôi theo địa chỉ CoCohelp@cchealth.org.
- Yêu cầu người tiếp xúc gần hoặc người tiếp xúc trong gia đình của mình theo dõi các triệu chứng của họ và ở nhà đến 14 ngày sau khi quý vị không còn cần phải cách ly nữa.





CHỜ KẾT QUẢ XÉT NGHIỆM COVID-19

- Nếu có người trong gia đình quý vị bị bệnh, thì hãy yêu cầu người đó liên hệ với nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe và nói với họ rằng thành viên gia đình quý vị đã tiếp xúc với người bị nhiễm COVID-19.

Theo dõi sức khỏe của quý vị:

- **Tìm sự chăm sóc y tế kịp thời nếu bệnh của quý vị đang xấu đi. Ví dụ: quý vị bắt đầu bị khó thở.**
- Nếu quý vị cần gọi 911, hãy thông báo cho nhân viên điều phối biết là quý vị đã được chẩn đoán bị nhiễm COVID-19.
- Trước khi tìm kiếm sự chăm sóc y tế, hãy gọi cho nhà cung cấp dịch vụ y tế của mình và thông báo cho họ biết là quý vị đã được chẩn đoán bị nhiễm COVID-19. Đeo khẩu trang trước khi vào bất kỳ cơ sở chăm sóc sức khỏe nào. Nếu quý vị không có khẩu trang, thì hãy nhờ người khác đến cơ sở chăm sóc sức khỏe để yêu cầu và thông báo cho nhân viên ở đó biết là quý vị sẽ đến.

Nếu có thắc mắc hoặc quan ngại, quý vị có thể gọi cho Bộ phận Sức khỏe Cộng đồng của Contra Costa theo giờ làm việc bình thường từ Thứ Hai-Thứ Sáu, 8:00 sáng-5:00 chiều theo số **925-313-6740** hoặc gửi email cho chúng tôi theo địa chỉ **CoCohelp@cchealth.org**.

