

感谢您接受检测

您今天将接受针对导致 COVID-19 的冠状病毒的检测。检测是发现并减缓病毒传播的最好方法。

COVID-19 的新病例如此之多，因此，如果您检测呈阳性，公共卫生团队可能无法联系您。下面的说明将帮助您理解今天接受检测后您应该采取的步骤。

在等待获取检测结果过程中

待在家里，远离他人——从今天开始。

- 假设您感染了病毒，并且可能会传染给他人。
- 确保我们拥有您的正确电话号码。我们将通过电话或短信告知您检测结果，但这可能需要最多一周时间。

列出您最近密切接触过的所有人。

- **密切接触**指一天中在 6 英尺范围内停留 15 分钟或更长时间，无论是否戴口罩。
- 如果您没有任何症状，请列出从检测前两天开始与您有过密切接触的所有人的名单。
- 如果您确实有症状，请列出所有您在症状出现前两天开始有过密切接触的人的名单。

如果您的检测结果呈阳性

您体内有病毒，并且可能会传染给他人。您应该：

1. **在家隔离。** 待在家里，远离他人（包括您自己家里的人）。
 - 如果您生病，请从您的症状开始起，隔离 10 天，并确保您在没有药物帮助的情况下不再发烧 24 小时，然后再与他人接触。
 - 如果您没有症状，请从今天（即您接受检测之日）开始隔离 10 天。
2. **立即打电话、发短信或发送电子邮件给您的密切接触者。** 时机很重要！让您名单上的每个人都知道您 COVID-19 检测呈阳性。在出现症状前两天，人的传染性最

强，并且有些人从未出现过症状。如果您能在朋友和家人接触您后 4 天内联系上他们，您就可以防止下一个人感染 COVID-19。

3. **告诉您的接触者待在家里，远离他人并接受检测。** 他们可以向医生咨询接受检测的情况，如果他们没有医生，可以拨打 2-1-1，或者在社区检测点接受检测。您的接触者最好是在离开您 4 天后再接受检测。如果检测时间过早，检测可能不会起作用。如果他们的检测结果呈阳性，他们应该被隔离，并把此事告知他们曾密切接触过的任何人。
4. **您的接触者应该计划在您最后一次接触后在家隔离 14 天。** 需要 2-14 天才会出现 COVID-19 症状。如果您的接触者没有症状，也没有住在长期护理机构，那么他们的隔离可以在 10 天后结束。如果您的接触者在结束隔离前 48 小时内进行的抗原或聚合酶链反应检测结果呈阴性，他们也可以在 7 天后结束隔离。如果他们与面临严重疾病风险的人生活在一起，他们应该隔离满 14 天。如果他们提前结束隔离，将存在很小但很严重的几率会传播病毒。因此，在整个 14 天的隔离期内，您的接触者应继续每天监测症状。如果出现症状，他们应该回到隔离状态，通知他们当地的公共卫生当局，并致电他们的医护人员来讨论进行检测。
5. **如果公共卫生团队来电，请接听电话。** 告诉您的密切接触者也要接听公共卫生部门的电话。

如果您的检测结果呈阴性

- 如果您与 COVID-19 患者有过密切接触，那么您就接触过病毒。即使您的检测结果呈阴性，您也需要从您最后一次与该患者接触的 14 天内待在家里，远离其他人（隔离）。如果您没有症状，也没有住在长期护理机构，那么您的隔离可以在 10 天后结束。如果您在结束隔离前 48 小时内进行的抗原或聚合酶链反应检测结果呈阴性，您也可以 7 天后结束隔离。如果您与面临严重疾病风险的人生活在一起，那么您应该隔离满 14 天。如果您提前结束隔离，将存在很小但很严重的几率会传播病毒。因此，在整个 14 天的隔离期内，您应继续每天监测自己的症状。如果出现症状，您应该回到隔离状态，通知您当地的公共卫生当局，并致电您的医护人员来讨论进行检测。
- 遵循您的医护人员的所有指示。
- 继续采取日常措施来保护自己和他人的。
- 如果您生病，而且没有好转，请联系您的医生或诊所。您可能患有 COVID-19 以外的疾病。

如果您现在生病或者以后会生病

- 照顾好自己。多休息，多喝水。打电话给您的医生或诊所，了解您是否可以服用任何药物来帮助您感觉好些。

- **与您的医生保持联系。** 在去诊所或医生诊室之前打电话。如果您没有医生，请拨打 211。即使您没有医疗保险，他们也可以帮助您找到护理。可提供翻译服务。
- **您可能会病得更重。请致电您的诊所或医生寻求医疗建议。**
- **如果您有以下严重症状，请致电 911 或前往本地急诊室：**
 - 呼吸困难
 - 胸部或腹部疼痛或压迫感
 - 无法喝水或不能喝下液体
 - 新出现神志不清或无法唤醒
 - 唇或面色青紫

问题？

请访问 [OR-OHA-COVID-19](#) 或当地卫生部门的网站，了解关于 COVID-19 检测呈阳性时应采取什么措施、如何隔离或检疫，以及如何获得居家支持的更多信息。

俄勒冈州卫生局赞扬和感谢 Multnomah 县卫生局为编写本文件所做的工作，并感谢它分享给所有俄勒冈州人。

文件可访问性： 对于残障人士或说英语以外的其他语言的人，OHA 可以提供其他格式的信息，例如翻译、大号字体或盲文。请致电 1-971-673-2411、711 TTY，或发送电子邮件至 COVID19.LanguageAccess@dhsosha.state.or.us，与健康信息中心联系。