



**Ngày có hiệu lực:** 15 tháng 12 năm 2020

## Hướng dẫn toàn tiểu bang (khuyến nghị) về việc đi lại

**Thẩm quyền:** Sắc lệnh số 20-66, ORS 433.441, ORS 433.443

**Áp dụng:** Tất cả các cá nhân đến hoặc sống ở Oregon.

**Bản chất của hướng dẫn:** Hướng dẫn này bao gồm các khuyến nghị không bắt buộc.

### Định nghĩa:

“Đi lại cần thiết” có nghĩa là việc đi lại nhằm mục đích làm việc và học tập, hỗ trợ cơ sở hạ tầng quan trọng, dịch vụ kinh tế và chuỗi cung ứng, sức khỏe, chăm sóc y tế tức thì, an toàn và an ninh.

“Đi lại không cần thiết” có nghĩa là việc đi lại nhằm mục đích du lịch, giải trí hoặc bất kỳ mục đích nào khác không cần thiết.

### Khuyến nghị dành cho việc đi lại không cần thiết

Tỷ lệ nhiễm COVID-19 đang gia tăng ở nhiều tiểu bang và quốc gia. Những người đến Oregon từ các tiểu bang khác, hoặc cư dân Oregon trở về từ các tiểu bang hoặc quốc gia khác, có thể làm tăng nguy cơ lây lan COVID-19. Ngoài ra, bản thân việc đi lại có thể có nguy cơ phơi nhiễm với COVID-19, đặc biệt là đi bằng phương tiện giao thông chung như đường hàng không, xe buýt hoặc đường sắt. Tránh đi lại có thể làm giảm nguy cơ lây truyền vi rút và mang vi rút trở lại Oregon.

**Những người đến Oregon từ các tiểu bang hoặc quốc gia khác vì việc đi lại không cần thiết, bao gồm cả cư dân Oregon trở về, nên nhưng không bắt buộc phải:**

- Thực hành [tự cách ly](#) trong 14 ngày sau khi đến
- Hạn chế tương tác của họ với gia đình trực tiếp của họ

Mặc dù cách ly 14 ngày là lựa chọn an toàn nhất để ngăn chặn sự lây lan của COVID-19 cho những người khác, những người đã đi đến Oregon hoặc trở về nhà ở Oregon có thể xem xét kết thúc việc cách ly sớm<sup>1</sup> **nếu họ chưa có bất cứ triệu chứng nào**:

- Sau 10 ngày, không cần làm bất cứ xét nghiệm nào

## **HOẶC**

- Sau 7 ngày, nếu họ có kết quả âm tính bằng cách xét nghiệm kháng nguyên hoặc phản ứng chuỗi polymerase (PCR) trong vòng 48 giờ trước khi kết thúc cách ly.

## **Cư dân Oregon nên, nhưng không bắt buộc phải:**

- Ở nhà hoặc ở trong khu vực của họ và tránh đi lại không cần thiết đến các tiểu bang hoặc quốc gia khác.

Những khuyến nghị này không áp dụng cho những cá nhân vượt qua biên giới tiểu bang hoặc quốc gia để đi lại cần thiết.

**Khả năng tiếp cận tài liệu:** Đối với các cá nhân bị khuyết tật hoặc các cá nhân không nói được tiếng Anh, OHA có thể cung cấp thông tin theo các định dạng khác, chẳng hạn như ở bản dịch, in chữ lớn hay chữ nổi. Liên hệ với Trung tâm Thông tin Y tế theo số 1-971-673-2411, 711 TTY hoặc [COVID19.LanguageAccess@dhsosha.state.or.us](mailto:COVID19.LanguageAccess@dhsosha.state.or.us)

---

<sup>1</sup> Có một cơ hội nhỏ là nếu các cá nhân chọn rút ngắn thời gian cách ly, họ có thể truyền bệnh cho những người khác sau khi cách ly. Do đó, điều quan trọng là các cá nhân phải tiếp tục tự theo dõi các triệu chứng hàng ngày. Nếu các cá nhân có các triệu chứng, họ nên tiếp tục tránh tiếp xúc với những người khác và gọi cho chuyên gia chăm sóc sức khỏe của họ để thảo luận về xét nghiệm.