



附录 B: 《患者居家隔离指示》 适用于 COVID-19 患者

患者隔离期间，请遵循以下指示：

1. 除接受必要的医疗护理或在需要撤离以保护个人健康和安全的紧急情况以外，否则不得离开您的家或其他住所。
2. 待在指定房间，远离其他家庭成员。在可能的情况下，请使用单独的浴室。如需共用厨房或卫生间等区域，请增加对这些区域的清洗次数，包括门把手、固定装置和厕所。
3. 不得离开隔离区去上班。
4. 除非要外出寻求必要的医疗服务，否则不得出行。
5. 使用亚马逊 (Amazon) 或 Instacart 等配送服务。
6. 未经事先用肥皂和水清洗，不得共用盘子、餐具、毛巾、床上用品、酒杯。
7. 在整个隔离期间，请遵守 San Mateo 县公共卫生部门（下称“公共卫生部门”）的指令，包括但不限于收集体温读数和其他健康数据，并向公共卫生部门或其指定人员报告的指令。
8. 如果病情加重，例如，如果您开始感到呼吸困难，请立即求医。
9. 如需拨打 911，请告知调度员您已被确诊感染 COVID-19。
10. 在可能的情况下，求医前请致电医疗机构，告知他们您已被确诊感染 COVID-19。请先戴上面部遮盖物 / 口罩，再离开住所前往医疗机构。
11. 如果您是专业护理机构、养老院、记忆护理中心、教养所 / 拘留所、庇护所、集体宿舍、日托、透析中心或医疗机构的常客、志愿者或急救人员或在这些机构工作，请采取合理的措施通知此类设施，您已经被要求隔离。

何时结束患者隔离？

COVID-19 患者须在首次开始出现症状后隔离至少十 (10) 天，并在康复后再隔离至少一 (1) 天 (即 24 小时)。康复的判断标准是：在不使用退烧药的情况下退烧，并且 COVID-19 相关症状得到改善。如果 COVID-19 患者始终未出现任何症状，患者则须从检测结果呈阳性的检测执行之日起隔离十 (10) 天。

但是，如果符合以下任何一项标准，该患者则须在首次开始出现症状后隔离十四 (14) 天，并在康复后再隔离至少七 (7) 天。康复的判断标准如上所述。如果 COVID-19 患者始终未出现任何症状且符合以下任何一项标准，该患者则须从检测结果呈阳性的检测执行之日起隔离十四 (14) 天。





SAN MATEO COUNTY HEALTH

**PUBLIC HEALTH,
POLICY & PLANNING**

- a. 免疫功能受损者（参见免疫功能受损者名单，网址：
<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/need-extra-precautions/immunocompromised.html>）；
- b. 有可能将传染病传播给弱势群体的个人（参见弱势群体名单，网址：
<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/need-extra-precautions/index.html>）；
- c. 常住在可能会增加快速传播、发病或死亡率风险的聚集场所（退休社区、庇护所、教养所 / 拘留所）的个人