

# 如何检疫隔离

您的孩子与COVID-19检测呈阳性的人有密切接触。因此，您的孩子应检疫隔离14天。

被检疫隔离人员应待在家中，与其他人分开，并监控自己的健康状况。

感染COVID-19的人可能不会感到不适或出现任何症状，但仍有可能传播给他人。通过检疫隔离可以将密切接触者与他人分开，这有助于降低传播COVID-19的几率。

根据疾病控制预防中心的定义，**密切接触者**是指在COVID-19感染者开始感到不适前48小时至其被隔离为止，“与其在不足6英尺的距离内至少接触15分钟的所有人员”。

## 检疫隔离 = 14天

从您的孩子最后一次接触COVID-19检测呈阳性的人员那一天起，14天检疫隔离期开始。您的孩子应持续完成14天检疫隔离，即使他或她的COVID-19检测呈阴性或感觉自己很健康。这是因为COVID-19症状可能要在接触病毒后2到14天才会显现。

## 被检疫隔离人员应该怎么做

- 在您最后一次接触感染COVID-19的人员后，请在家里待14天。
  - 儿童不应上学或前往儿童保育机构。
  - 请勿参加体育锻炼、游戏、课程或其他活动。
- 除非您有外出的绝对必要，否则请留在家里。如果您必须外出：
  - 佩戴能遮住口鼻的口罩
  - 限制与他人的接触
  - 与他人保持6英尺距离
  - 避免去商店和电影院等人群聚集的地方
- 不要邀请客人来家里。
- 尽量远离他人，尤其是容易感染COVID-19的高风险人员。
- 留意COVID-19的体征和症状。
  - 症状包括发烧（100.0摄氏度或更高）、发冷、咳嗽、喉咙痛、呼吸急促、呼吸困难、疲劳、头痛、淤血或流鼻涕、肌肉或身体疼痛、味觉或嗅觉丧失、恶心或呕吐、腹泻。

## 如何检疫隔离

- 如果您出现**紧急警告体征**，如呼吸困难或胸痛，请立即寻求紧急医疗救护。
- 请咨询您的医疗提供方，并访问CDC网站([www.cdc.gov/coronavirus](http://www.cdc.gov/coronavirus))，以详细了解COVID-19。
- [点击此处](#)，在“隔离设施”栏目下查看为那些因COVID-19而无法安全自我隔离的人提供的免费住宿。

# 如何检疫隔离

## COVID-19: 检疫隔离与隔离

**“检疫隔离”** 要求密切接触过 COVID-19 患者的人远离他人。

**“隔离”** 要求患病的人或 COVID-19 检测呈阳性的人远离他人，即使在家中也是一样要远离其他人。

**如果您与 COVID-19 患者有密切接触**

- 在最后一次接触后的 14 天内，请待在家中。
- 一天检测两次体温，并注意 COVID-19 症状。
- 如果可能，远离会因 COVID-19 而患重病的高危人群。

**如果您生病，并认为或知道自己患有 COVID-19**

- 待在家里，直至
  - 3 天不发热，并且
  - 症状好转，并且
  - 自症状首次出现后 10 天

**如果您的 COVID-19 检测呈阳性，但无症状**

- 待在家里，直至
  - 自测试呈阳性的 10 天以后。

如果您与他人同住，应待在一个特定的“病室”或区域，并远离他人或动物（包括宠物）。如果可以，应使用单独的洗手间。

[cdc.gov/coronavirus](https://www.cdc.gov/coronavirus)

## 冠状病毒 (COVID-19) 的症状

了解 COVID-19 的症状，其可能包括以下症状：

咳嗽、呼吸急促或呼吸困难

发烧或发冷

肌肉或全身酸痛

呕吐或腹泻

新发味觉或嗅觉丧失

症状可从轻度到重度不等，并可在您暴露于引起 COVID-19 的病毒后 2-14 天出现。

**如果有人出现 COVID-19 的紧急警示体征，应立即就医**

- 呼吸困难
- 胸部持续性疼痛或胸闷
- 新发意识错乱
- 无法唤醒或保持清醒
- 嘴唇或面部青紫

此列表并未包括所有的可能症状。如果有其他重度或相关的症状，请致电您的医务人员。

[cdc.gov/coronavirus](https://www.cdc.gov/coronavirus)

↓

如果您的孩子出现症状，  
请联系您的医疗提供方，  
获取进一步指导。