完成新型冠狀病毒 (COVID-19) 檢測後

正在等候檢測結果時，可以如何防止新型冠狀病毒 (COVID-19) 傳播並挽救生命

City & County of San Francisco

最後更新：
2020年11月16日

目錄

馬上開始.....2

簡介.....4

有何強制隔離或檢疫隔離的規定？.....7

如果我的新型冠狀病毒檢測結果呈陽性該怎麼辦?.....10

如果我的新型冠狀病毒檢測結果呈陰性該怎麼辦?.....12

如果我曾與一位新型冠狀病毒確診者有緊密接觸，我需要隔離多久呢？.....13

防止病毒傳播.....15

資源.....16

三藩市公共衛生局致三藩市僱主的信.....19

附錄A：請正確地佩戴口罩或面部遮蓋物.....21

附錄B：禁止使用有閥門的口罩.....22

馬上開始

如果您在任何時候發現新型冠狀病毒肺炎的症狀，請向您的家庭醫生/醫療保健提供者諮詢並接受檢測。請參閱第7頁。

為何您需要檢測？	在等候新型冠狀病毒(COVID-19)檢測結果期間應作何事？	您的檢測結果
我有新型冠狀病毒肺炎的症狀。 有關新型冠狀病毒肺炎症狀列表，**請參閱第5頁。**	在等候檢測結果期間，請留在家中，遠離其他人。並假設您患有新冠肺炎，直至獲取檢測結果。**請參閱第7頁。**	**呈陽性** **呈陰性**
我與新型冠狀病毒(COVID-19)檢測結果呈陽性的人有「緊密接觸」。 有關「緊密接觸」的定義，**請參閱第6頁。**	由與確診者接觸開始，請留在家中及遠離其他人14日。**請參閱第7頁。**	**呈陽性** **呈陰性**
我**沒有**任何症狀，我與新型冠狀病毒(COVID-19)檢測結果呈陽性的人士**沒有**「緊密接觸」，但我因其他理由進行檢測。	採取常規預防措施以防止新型冠狀病毒(COVID-19)的傳播。**請參閱第15頁。**	**呈陽性** **呈陰性**

♥ 留在家中，遠離他人，便可挽救生命。欲知下一步行動，請參閱**第7頁**。

♥ 如果您需要居家隔離協助，我們會爲您提供相關資訊！欲了解更多有關食物、住宿、醫療、心理健康、工作保障和經濟資源的資訊，請參閱**第16頁**。

當您獲得新型冠狀病毒(COVID-19)檢測結果後，您可以……

呈陽性

從症狀出現起計十日，症狀得到舒緩及退燒後至少二十四小時，請務必留在家中及遠離他人。有關詳細資訊，**請參閱第10頁**。

如果您從未有過症狀出現，則仍須從檢測完成日起計至少十日，留在家中及遠離他人。

如果您的檢測結果呈陽性，一名公共衛生局人員會致電給您。**詳情請參閱第11頁**。

呈陰性

因為檢測結果並非完善，以致情況複雜。請參閱**第12頁**。如果您有問題，**請聯絡您的家庭醫生/醫療保健提供者**。

呈陰性

您仍然需要留在家中，遠離他人14日。某些工種人士可能不需要留在家中。**請參閱第13頁**。

呈陰性

您不需要進行強制隔離或檢疫隔離。採取常規措施防止新型冠狀病毒的傳播。**請參閱第15頁**。

簡介

此小冊子旨在讓您在等候新型冠狀病毒（COVID-19）檢測結果期間知道該做什麼。如果您希望接受檢測，請先與您的醫生或醫療保健提供者辦公室聯絡。在三藩市，醫療保健提供者必須向任何有新冠肺炎症狀及曾與確診者有緊密接觸的人士提供檢測。您也可以在 CityTestSF 檢測站接受檢測。這本小冊子將為您解答以下問題：

- 在接受檢測後，我需要進行強制隔離或檢疫隔離嗎（譬如留在家中，不上班或上學，遠離他人等）？
- 在等候新型冠狀病毒檢測結果期間，我該如何保護自己和他人呢？
- 如果我的檢測結果呈陽性，我必須採取什麼措施？
- 如果檢測結果呈陰性，那又代表什麼呢？
- 如果我與一位新型冠狀病毒確診者有「緊密接觸」，我必須採取什麼措施？**有關「緊密接觸」的定義，請參閱第6頁。**
- 我何時可以返回工作崗位、乘搭公車、在室外散步或到雜貨店？
- 如果我必須留在家中不能上班，有什麼資源可以提供給我？

民眾可因三大主要原因而獲得新型冠狀病毒檢測：

(1) 您有一種或以上的新冠肺炎症狀

(2) 您與病毒檢測呈陽性人士有「緊密接觸」

(3) 您沒有症狀、與病毒檢測呈陽性人士沒有「緊密接觸」，但因為另外一個原因而接受病毒檢測（例如您是基要工作人員、正接受牙科手術或非緊急手術等）

如果您有症狀或者被認為與病毒檢測呈陽性人士有「緊密接觸」（上面所列之 (1) 或 (2)），在等候檢測結果期間，您必須進行強制隔離或檢疫隔離（譬如留在家中、停止上班或上學、遠離他人等）。**請參閱第7頁（「有何強制隔離或檢疫隔離的規定？」）。**如果您在過去三個月中曾患新冠肺炎並已康復，請聯繫您的醫療保健提供者，瞭解康復後的下一步。

新冠肺炎的症狀

新出現以下任何症狀或者無法用其他原因解釋

- 發燒（華氏100.4度/攝氏38度或以上）、發冷、或不斷顫抖/發抖
- 咳嗽
- 喉嚨痛
- 呼吸急促、呼吸困難
- 感覺特別虛弱或疲勞
- 喪失味覺或嗅覺
- 肌肉酸痛
- 頭痛
- 流鼻涕或鼻塞
- 噁心、嘔吐或腹瀉

如果您有不在上述名單內的症狀，而您又擔心可能受到病毒感染，請聯絡您的醫療保健提供者。

如果您出現新冠肺炎的症狀，並在過去三個月中曾患新冠肺炎及已康復，請聯絡您的醫療保健提供者以了解康復後的下一步。

如果您不屬於以上所列之 (1) 或 (2)，在接受檢測後，並不需要進行強制隔離或檢疫隔離；您只需在等候您的檢測結果期間，繼續做好大流行日常的預防措施。**請參閱第15頁（「防止病毒傳播」）。**

如果您的檢測結果呈陽性，請參閱**第10頁（「如果我的新型冠狀病毒檢測結果呈陽性該怎麼辦?」）。**

在取得您的檢測結果後，您需要繼續留家強制隔離或檢疫隔離的時間長短並不相同。因為這取決於您的檢測結果和您接受檢測的原因。這本小冊子可幫助您了解所需的強制隔離或檢疫隔離時間長短，來防止新型冠狀病毒的傳播，並挽救生命。

如果您與新型冠狀病毒確診者在他們仍具有傳染性的時候*，作出以下任何一種接觸，無論該確診者與您當時是否有佩戴口罩，您都將被視為「緊密接觸者」：

- 與新型冠狀病毒患者同住或一同過夜
- 與新型冠狀病毒患者有親密肢體接觸行為，包括單純親吻或進行性行為
- 曾照料新型冠狀病毒患者或曾接受新型冠狀病毒患者的看護服務
- 在24小時內與新冠肺炎患者相距少於6英呎身距達15分鐘或更久
- 曾與新型冠狀病毒確疹患者的體液或分泌物（包括朝您咳嗽、打噴嚏或他們曾與您共用飲食餐具）有直接接觸

* 傳染期: 新型冠狀病毒確診患者在其症狀開始前48 小時已被視為具有傳染性直至 1) 已有症狀於開始後已經超過10日, 2) 至少24小時以上沒有發燒, 並且 3) 症狀已逐漸改善。如果新型冠狀病毒確診患者從未顯現症狀,由其接受檢測前 48小時, 直至檢測後10日,皆被視為具有傳染性。

有何強制隔離或檢疫隔離的規定？

您必須遵守下列規定，如果：

(1) 您曾有一種或以上新冠肺炎症狀（如果是您自己，請務必接受檢測！在您等候檢測結果期間，這些規定也適用於您）

(2) 您曾與新型冠狀病毒檢測結果呈陽性的人士有緊密接觸

(3) 您的新型冠狀病毒檢測結果呈陽性

除非您正在接受醫療保健服務，否則請不要離開住所：

- 停止上班、上學或到公眾地方
- 不要乘搭公共交通工具、共乘或計程車。如果您必須乘搭共乘車輛，請瀏覽 www.sfcdcp.org/safertransit 了解更多詳情
- 不要為他人預備食物或送餐
- 拒絕訪客，除非您需要他們幫忙照料
- 限制與您的寵物接觸

如果您與他人同住：

- 儘可能限制與他人的接觸
- 在家中，您和您的家人應該在任何時候都佩戴能夠遮蓋口鼻的口罩或面部遮蓋物 **（請參考附錄A有關如何正確佩戴口罩或面部遮蓋物的例子）**
- 留在同一房間內，遠離他人
- 勤洗手
- 清潔並消毒頻繁碰觸的物體表面（譬如櫃台、桌面、門把手、電燈開關、水龍頭、馬桶、電話、電視機遙控器、鑰匙、電腦鍵盤）

- 使用屬於您自己個人的餐具、餐碟、毛巾、床單和其他家居用品。不要與他人共用
- 如果環境許可，使用一個獨立洗手間。如果您與他人共用一個洗手間，請：
  - 打開抽氣扇，將洗手間內的空氣抽至室外
  - 打開窗戶
  - 佩戴口罩或面部遮蓋物
  - 蓋上馬桶蓋後才沖水
  - 使用肥皂和清水洗手至少20秒
  - 使用消毒劑擦拭您曾觸碰的所有物品

個人照料：

- 休息並飲用足夠水分
- 您可以使用非處方藥，例如對乙酰氨基酚（Tylenol）或布洛芬（Motrin 或 Advil），來退燒和止痛，但大前提是您可以安全地使用這些藥物。對於2歲或以下的幼童，請先向您的醫療保健提供者諮詢。
- 請注意！目前並沒有足夠証明這些藥物可以「治愈」新冠肺炎，亦無法阻止您傳播病毒。

您可以向朋友或親人尋求幫助：

如果有人問他們可以如何幫助您，您可以要求他們：

- 將食物和飲料放在您的門外
- 給您帶來可減輕症狀的藥物
- 協助照顧孩子、父母、受撫養人或您的寵物

如果朋友和家人前來幫忙，請提醒他們佩戴口罩或面部遮蓋物並勤洗手。

無法照料自己的人士無須與其看護人員進行隔離。但如果您的新型冠狀病毒檢測呈陽性，您的看護便需要檢疫隔離14天。**詳情請參閱第13頁（「如果我曾與一位新型冠狀病毒確診者有緊密接觸，我需要隔離多久呢？」）。**

如果您目前的居所不符合強制隔離或檢疫隔離的要求，請致電 311 尋求住宿、食物和其他需要的協助。**詳情請參閱第16頁（「資源」）。**

如果您的病徵轉差，請尋求醫療護理：

顯示您需要醫療護理的症狀包括：

呼吸困難

無法正常飲水

脫水

意識模糊

和其他嚴重症狀。

如果情況許可，在前往您的醫療保健提供者診所或醫院之前，先致電並告訴他們：

- 您有新冠肺炎的症狀，並正在等候您的檢測結果，或
- 您曾與新型冠狀病毒確診者有緊密接觸
- 您的新型冠狀病毒檢測曾確定為陽性

如果您致電 911，亦請告知他們您的狀況。

這可讓醫護人員在您到達之前做好準備，並防止他人受到感染。

- 不要在任何候診室等候。儘可能在任何時候都佩戴面部遮蓋物或口罩。
- 儘量避免乘搭公共交通工具。如果您必須乘搭共乘車輛，請瀏覽 www.sfcdcp.org/safertransit 了解更多詳情

如果我的新型冠狀病毒檢測結果呈陽性該怎麼辦?

如果您的檢測結果呈陽性，您**必須**在仍具傳染性期間進行居家隔離。**請參閱第7頁（「有何強制隔離或檢疫隔離的規定？」）。**三藩市指令規定您必須在仍具傳染性期間進行隔離（請參閱衛生官員 2020-03b 指令 www.sfdph.org/directives）。請注意：如果您在過去三個月中曾患新冠肺炎及已康復，請聯絡您的醫療保健提供者以了解康復後的下一步。

在下列所有情況確定之前，您都會被視為具有傳染性。

- 從出現症狀開始已經過了至少10天；*__及__
- 在至少24小時內，您在沒有使用退燒藥（例如對乙酰氨基酚/Tylenol，布洛芬/Motrin等）的情況下自動退燒；__及__
- 您的症狀已經獲得改善

您的醫療保健提供者可能會根據您以往的健康歷史，而要求您居家隔離超過10天。醫療工作者，特別是長期護理設施工作人員，可能會有不同的規定。請參閱 www.sfcdcp.org/rtw。

如果您病毒檢測呈陽性，卻從來沒有任何症狀，您依舊具有傳染性，必須在檢測呈陽性日起，進行居家隔離10天。

請告知與您有「緊密接觸」的人士，有關您檢測呈陽性的結果

請嘗試徹底想想，由您發現症狀前的48小時直至進行隔離期間（例如，直至您未再與周圍其他人接觸期間），曾與誰有緊密接觸。如果您從未有症狀，請嘗試想想由您檢

* 感染新型冠狀病毒後，其中一個不會於短期內好轉的症狀是喪失味覺或嗅覺。如果您的症狀開始出現後已經過了10天，其他症狀都已改善，以及在沒有使用退燒藥的情況下自動退燒至少24小時，即使味覺或嗅覺仍沒有改善，您也可以停止居家隔離。

「緊密接觸者」是那些在您仍具有傳染性的時候*（無論您們雙方當時是否有佩戴口罩），曾與您有以下任何一種接觸：

- 與您同住或一同過夜
- 曾與您有親密肢體接觸行為，包括單純親吻或進行性行為
- 曾照護您或他們曾接受您的的護理服務
- 曾在24小時內與您相距少於6英呎達15分鐘或更久
- 曾與您的體液或分泌物（包括您朝他人咳嗽、打噴嚏或他們曾與您共用飲食餐具）有直接接觸

* 傳染期: 新型冠狀病毒確診患者在其症狀開始前48 小時已被視為具有傳染性直至 1) 已有症狀於開始後已經超過10日, 2) 至少24小時以上沒有發燒, 並且 3) 症狀已逐漸改善。如果新型冠狀病毒確診患者從未顯現症狀,由其接受檢測前 48小時, 直至檢測後10日,皆被視為具有傳染性。

測確診前48小時直至進行隔離期間，曾與誰有緊密接觸。他們必須在最後一次與您緊密接觸之後的14天內，留在家中進行隔離。他們可以參閱**第13頁（「如果我曾與一位新型冠狀病毒確診者有緊密接觸，我需要隔離多久呢？」）**。

一名公共衛生局工作人員會致電給您

一名受過培訓的公共衛生局（DPH）工作人員會以電話或短訊形式聯繫您，工作人員的電話號碼會顯示(628) 217-6101 或 (628) 217-6102。他們會詢問您的近況，確認您已有居家隔離所需，並協助您辨認與您有「緊密接觸」的人士，以防止病毒傳播。

只要有例如麻疹、肺結核和其他傳染性疾病發生，公共衛生局（DPH）都會採取類似行動來保障社區公眾健康。

這些受過培訓的專業人員會對您的個人資料保密，並且絕不會詢問您的社會安全號碼、經濟狀況或您的移民入籍身份。

詳情請瀏覽：covid19.ca.gov/contact-tracing/

如果我的新型冠狀病毒檢測結果呈陰性該怎麼辦?

請仔細閱讀本頁並致電您的醫療提供者來進行接下來的步驟。

「陰性」病毒檢測結果可能表示您目前沒有被新型冠狀病毒感染。但實際情況可能會比較複雜，請仔細閱讀：

如果您從來沒有任何症狀

- 並且不曾與某位新型冠狀病毒確診者有「緊密接觸」，那您就不需要進行強制隔離或檢疫隔離。
- 但曾與某位新型冠狀病毒確診者有「緊密接觸」，您仍須在與確診者進行緊密接觸後的14天內留在家中，進行隔離。

如果您曾出現症狀，當您的症狀已經好轉，並且沒有發燒達24小時，您可能可以結束隔離，並恢復日常生活。但是，即使您的病毒檢測結果呈陰性，您還是有可能已成為新型冠狀病毒的帶菌者，仍會有可能傳播病毒，因為病毒檢測並不是百份百準確。您可選擇作出以下措施：

(1) **向您的醫療提供者諮詢**，以助您決定是否應該繼續遠離其他人（首選），或

(2) 一旦您的症狀已經好轉，並且已經沒有發燒達24小時，您便可以恢復日常生活，或

(3) 如果您擔心身邊的人，擔心他們一旦受到新型冠狀病毒感染後會嚴重危害其健康，您可在出現症狀之後繼續居家隔離至少10天（請瀏覽 www.sfcdcp.org/vulnerable）

如果我曾與一位新型冠狀病毒確診者有緊密接觸，我需要隔離多久呢？

「緊密接觸」有其特別定義！**請參閱第6頁的框格內容。**

如果您與新型冠狀病毒檢測呈陽性的人士有過緊密接觸，您必須居家自我隔離14天。新型冠狀病毒肺炎可能要14天才會發病，在這期間，您會有可能傳染他人。請參閱第6頁。三藩市衛生指令規定您與新型冠狀病毒確診者有緊密接觸後，必須居家隔離（請瀏覽衛生官員2020-02b指令 www.sfdph.org/directives）。

那些人士無需檢疫隔離?

「新型冠狀病毒基要應急工作人員」包括醫療人員、負責處理新型冠狀病毒樣本的實驗室工作人員、停屍間工作人員、急救人員、執法人員、清潔工人、911 及 311接線生、應急管理人員、災難服務工作人員及長期護理院或是無家可歸者避難所的工作人員。

如果您是「新型冠狀病毒基要應急工作人員」在與新型冠狀病毒確診患者「緊密接觸」之後，您或許可以繼續工作。只要您沒有發病，佩戴口罩並遵守雇主相關政策的規定。請在非工作時間內**參閱第7頁（「有何強制隔離或檢疫隔離的規定？」）**並遵行所列。

如果您曾與新型冠狀病毒確診者有緊密接觸:

- 並且沒有出現任何症狀，在您與新型冠狀病毒確診者**最後一次的緊密接觸**，進行14天隔離檢疫後，便可以結束隔離。

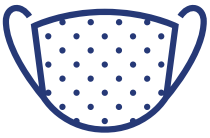
  - 如果您無法避免與確診者在他們發病期間有緊密接觸(譬如您是負責照顧他們起居的看護)，您必須在確診者完成所需的強制隔離之後，再進行您自己所需的14天的居家檢疫隔離。(所以您的居家檢疫隔離時間可能會高達24天，即是您與確診者緊密接觸後，對方出現第一個病徵起開始計算)。

- 如果出現症狀的話，請參閱**第7頁（「有何強制隔離或檢疫隔離的規定？」）**並接受檢測。

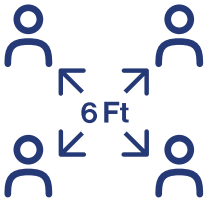
  - 如果您的檢測結果呈陽性，請參閱**第10頁（「如果我的新型冠狀病毒檢測結果呈陽性該怎麼辦?」）**。
  - 如果您的檢測結果呈陰性，請向您的醫療提供者諮詢。他們可能會診斷您為仍然受新型冠狀病毒感染，並要求您遵循**第10頁（「如果我的新型冠狀病毒檢測結果呈陽性該怎麼辦?」）**的規定。如果他們診斷您並無受新型冠狀病毒感染，在您與新型冠狀病毒確診者最近一次的緊密接觸後，您可能必須居家檢疫隔離14天。

防止病毒傳播

在接受新型冠狀病毒檢測之前，您必須採取重要步驟來保護您個人、您的摯親及我們的社區。無論檢測結果如何，切記您可以做很多事，防止在可見的未來繼續傳播病毒。



一旦踏出家門，請謹記佩戴口罩並遮蓋口鼻。

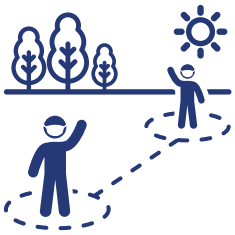


與非同住者保持六呎距離。

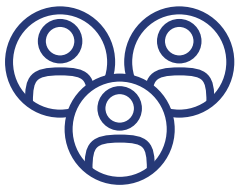
經常用肥皂和水洗手，至少二十秒。

如果身邊沒有肥皂或水的話，可以用含有至少百分之六十酒精成分的消毒搓手液替代。用消毒搓手液搓揉整個手部，直至乾爽。

避免與非同住者聚會。



如果您必須與非同住人士聯誼，請避免在室內聚集。室外的互動會相對地安全，但切記要保持六呎距離並佩戴口罩。



維持較小型及固定的社交圈子。

資源

食物援助

如果您在強制隔離或是在檢疫隔離期間無法獲得經濟上可負擔的食物，請瀏覽 SF.gov/get-food-resources 。

或於網上登記按月提供的食物券(CalFresh)福利，請致電 (415) 558-4700 或瀏覽 GetCalFresh.org 。

長者及殘障人士

請致電老齡化與成人服務局
415-355-6700 查詢以下資訊:

- 免費「三藩市長者送餐」計畫
- 送餐到府服務
- 緊急餐盒服務
- 網上食物宅配支援服務
- 糧油雜貨義工遞送服務

住房資訊

逼遷

在新型冠狀病毒大流行期間您不會被逼遷，並有更多時間繳交租金。但這並不表示您不需繳交租金，您仍然要繳交任何欠租。

如果您需要租金、水電或其他家庭開銷的資助，並符合根據家庭人口所規定的收入門檻。您便可申請 Give2SF 基金，瀏覽 give2sfhousing.org 。

租金上調

所有受市府規管及租金管制的單位一律暫時凍結加租，詳情請瀏覽 SF.gov/eviction-moratorium 。

租客諮詢團體

- Bill Sorro 住房計畫(BiSHoP)，
  電話: 415-513-5177
  或電郵: info@bishopsf.org
- Causa Justa :: Just Cause
  電話: 415-487-9203
- 華協中心電話: 415-984-2730
- 三藩市住房權益小組
  電話: 415-703-8634
- 南市場街社區行動聯盟
  電話: 760-913-8913 或
  電郵: tenantcounselor@somcan.org
  (網址: sfadc.org/landingpage/covid-19-counseling/)
- 三藩市住客聯會
  電話 415-282-6622 或
  電郵 info@sftu.org
- 田德隆住房診所
  (Tenderloin Housing Clinic CEOP)
  電話: 415-775-7110 ext. 1702 或
  電郵: allyn@thclinic.org

屋主協助

如果您符合根據家庭人口所規定的低收入門檻。便可以申請高達兩萬五千元的貸款，以支付物業管理費及地稅等款項。詳情請瀏覽網頁: sfmohcd.org/COVID19HELP 。

醫療服務資源

如果您沒有保險，但需要醫療服務，請致電三藩市衛生聯盟: 415-682-1740 。詳情請瀏覽: SF.gov/CovidHealthcare 。

如果有緊急醫療或是精神狀況請致電911 。也可以發短訊至 911 。

心理健康資源

心理健康及藥物濫用服務

二十四小時諮詢電話：888-246-3333
聽障人士電話：888-484-7200
其他詳情及預約請致電：
415-503-4730 。

全方位危機處理服務

為處於危機的人士提供評估和危機處理服務，提供全天候二十四小時，每週七日電話服務，電話：415-970-3800 。

心理健康緊急護理服務

Westside Crisis
電話：415-355-0311
11街 245 號
週一至週五上午8時至下午2時

Dore 緊急護理中心
電話：415-553-3100
Dore 街 52 號
全天候二十四小時，每週七日

青年心理健康服務

電話：415-642-4525
週一至週五上午9時 至下午5時

無家可歸者心理健康和藥物濫用服務

電話：415-234-3707
週一至週五上午10時至下午8時

與您同行心理健康輔導熱線

電話：855-845-7415
全天候二十四小時，每週七日

財政及工作協助

如果您目前正處於強制隔離或檢疫隔離期間，可以使用有薪病假或加州失業福利。欲申請失業福利，請瀏覽網址 edd.ca.gov 。

在疫症大流行期間，您無須出示醫生證明來使用有薪病假。

如果您沒有有薪病假，但不幸感染新型冠狀病毒，在您居家養病這段期間，三藩市可以使用康復權益基金來貼補您最多不超過$1,285的薪資。這項計畫可以幫助多達一千五百名新型冠狀病毒確診的三藩市居民，無論其移民身份是否合法都可以獲得補助，讓他們可以專注健康，早日康復。詳情請瀏覽: oewd.org/employees-impacted-covid-19 。

如果您有其他由於強制隔離或是檢疫隔離對工作或者經濟帶來影響的問題，請瀏覽： www.sfcdcp.org/workerFAQ 。

根據疾病控制及預防中心（CDC）和三藩市公共衛生局的指引，如果您曾確診為新型冠狀病毒病患，在返回工作崗位時，雇主不可要求您出示醫生證明或是要求您提供病毒檢測結果呈陰性的證明。如果雇主要求您提出任何一項證明，請通知雇主上網瀏覽公共衛生局給雇主的信：www.sfcdcp.org/workletter 。這封信函已刊登在下一頁。

三藩市公共衛生局
Grant Colfax, MD
衛生局局長

三藩市縣市政府
市長倫敦·布里德

親愛的三藩市雇主們*：

感謝您在這前所未有的艱難時期所作的一切，確保您員工的健康，並儘量避免他們在工作場所處於新型冠狀病毒（COVID-19）傳播風險之中。我們也由衷地感謝您努力調整業務和日常生活，以助降低新型冠狀病毒的傳播風險並拯救生命。

為了支持工作地點的安全和恢復經濟，我們在此提醒您，根據美國疾病控制及預防中心（CDC），如果**曾感染新型冠狀病毒的員工與此同時具備以下三個條件，將不再被認為具有傳染性，可重返工作崗位**：

- 員工的症狀出現後已超過10日
- 症狀已經好轉
- 在未有使用退燒藥的情況下，最後一次發燒已退超過24小時

如果員工檢測確診感染新型冠狀病毒但卻從未出現過症狀，他們在檢測結果呈陽性後10日便可重返工作崗位，因為他們不再被認為具有傳染性。

美國疾病控制及預防中心與三藩市公共衛生局 一致確認：
雇主不應要求曾確診感染新型冠狀病毒的員工提供作為重返工作崗位的醫生證明或病毒檢測呈陰性的證明才允許其復工。

員工在確診感染後，要求他們提供檢測呈陰性證明或醫療記錄，既非必要，亦會增加醫療系統的負擔，推遲員工復工時間，並對檢測供應造成壓力，及可能導致難以及時滿足真正有需要進行檢測的人士的需求。員工在滿足上述條件後，就不應視為具有傳染性，即可重返工作崗位。

如果您的員工曾感染新型冠狀病毒，他們可以列印此信函，作以下用途：

1) 證明他們在滿足上述條件後，即可重返工作崗位 (詳情參見 www.sfcdcp.org/rtw)，以及/或者
2) 證明雇主不應要求員工出示檢測結果呈陰性證明才被允許重返工作崗位。本信函可從網上下載：www.sfcdcp.org/workletter

請參閱以下資源以獲取更多詳細資訊。

- 對於確診或疑似感染新型冠狀病毒的人士，應如何結束隔離或復工：www.sfcdcp.org/rtw
- 如果在工作場所有人確診感染新型冠狀病毒，該怎麼辦：www.sfcdcp.org/covid19-positiveworkplace
- 三藩市有關雇主的一般資訊：www.sfcdcp.org/businesses
- 疾病控制及預防中心針對雇主的一般指引：www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/community/guidancebusiness- response.html

感謝您為保障我們社區的健康所作的一切努力!

Tomás Aragón

Tomás J. Aragón, MD, DrPH
三藩市縣市衛生官員

SFDPH | 101 Grove Street, Room 308, San Francisco, CA 94102

*專業護理機構不適用

曾感染新型冠狀病毒 (COVID-19) 人士如何重返工作崗位

如果您的員工曾經感染新型冠狀病毒；如果他們在以下三個問題全都回答「是」，他們便可以重返工作崗位：

1. 在您症狀出現後，是否已經超過10日？
   ⌋ 是，從我的症狀出現後，至今已經超過10日
   症狀出現日期: _____
   ⌋ 不是，從我的症狀出現後，還沒有超過10日

2. 您的症狀是否已有好轉？
   ⌋ 是，我的症狀已經好轉
   ⌋ 不是，我的症狀並沒有好轉

3. 自您最近一次發燒達華氏100.4度（攝氏38度）或以上後，在沒有使用退燒藥的情況下，是否已退燒超過24小時？
   ⌋ 是，我在沒有服用退燒藥的情況下，已經退燒超過24小時
   ⌋ 不是，我燒還沒有退超過24小時

如果您的員工從未出現新型冠狀病毒的症狀；如果他們在以下問題回答「是」的話，他們就可以重返工作崗位：

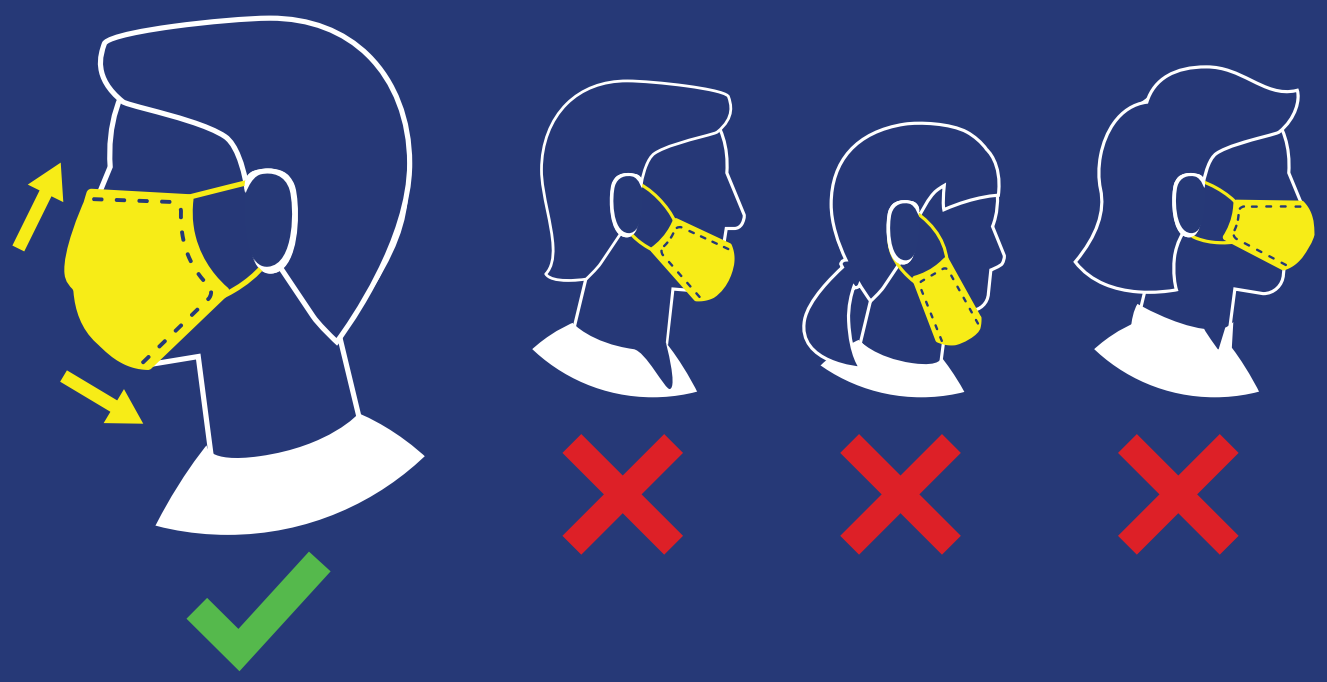
1. 自您檢測確診感染新型冠狀病毒以來，是否已經超過10日？
   ⌋ 是，從我檢測確診感染新型冠狀病毒以來，已經超過10日
   檢測日期： _____
   ⌋ 不是，從我檢測確診新型冠狀病毒以來，還沒有超過10日

員工姓名_____

雇主簽名_____

Wear your face covering correctly

Always cover your nose and mouth. Make sure it fits snugly against the sides of your face.



Usa tu cubrebocas correctamente

Siempre cúbrete la nariz y la boca. Asegúrate de que quede bien ajustado a los lados de tu cara.

請正確地佩戴口罩或面部遮蓋物

時刻遮蓋口和鼻。確保口罩或面部遮蓋物緊貼臉部兩側。

Magsuot ng panakip mukha ng tama

Palaging takpan ang iyong ilong at bibig. Siguraduhin na ito ay akmang umaangkop laban sa mga gilid ng iyong mukha.

City & County of San Francisco
sf.gov/FaceCoverings

Masks with valves are not allowed

These kinds of masks do not protect others.

No se permiten los cubrebocas con filtro de válvula

Esos tipos de cubrebocas no protegen a los demás.

禁止使用有閥門的口罩

佩戴此類型口罩不能保護他人。

Hindi maaaring gamitin ang mga maskara na may valve

Walang naidudulot na proteksyon sa ibang tao ang ganitong uri ng maskara.

City & County of San Francisco

sf.gov/FaceCoverings