



# COVID-19 检测呈阳性或出现相关症状?

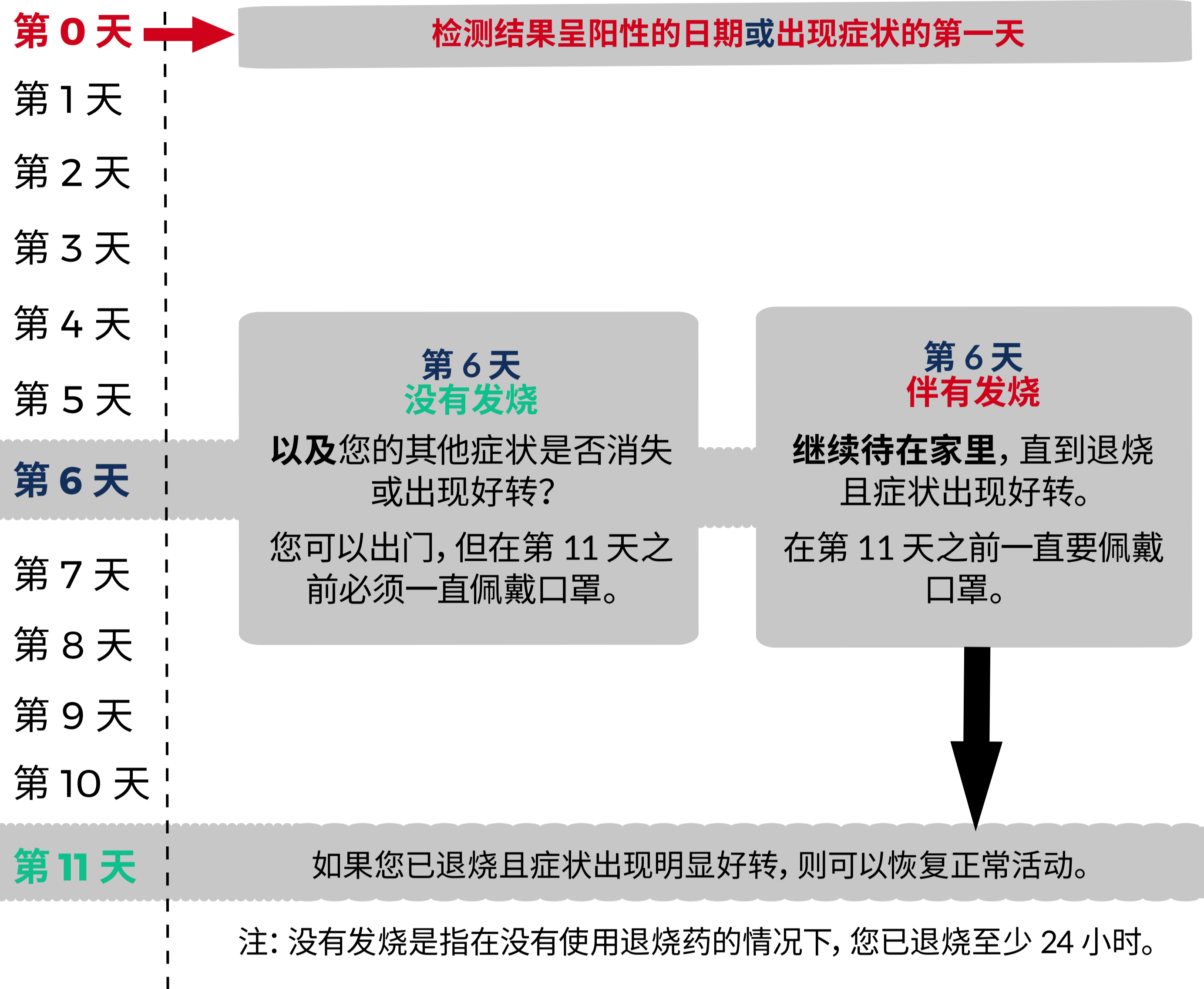
## 待在家里, 带好口罩, 做好监测

1/7/2022

### 在家里待 5 天

从检测结果呈阳性的日期\*或出现症状的第一天开始计算。

如果您一开始没有症状, 但在 10 天内出现了症状, 则需要重新开始再算 5 天。出现症状的第一天就是您新的第 0 天。



这些准则适用于普通社区, 无论他们是否接种了 COVID-19 疫苗。患有中度或重度疾病、抵抗力弱以及生活在高风险或群体环境中的人士可能需要隔离至少 5 天。



## 其他注意事项



与同住的所有人保持一定距离, **切勿**接待访客。如条件允许, 请您使用单独的房间和卫生间。



像往常一样, 清洁所有“高接触”表面。经常擦拭共享空间并进行消毒。经常用肥皂和水洗手, 持续 20 秒钟。



**连续 10 天戴上口罩**, 遮住嘴巴和鼻子 (即使与同住的人待在家里, 也要戴口罩)!



注意观察 COVID-19 的相关症状, 如咳嗽、呼吸急促、疲劳、丧失味觉/嗅觉、头痛、身体疼痛、喉咙痛、发烧、发冷、腹泻。



从第 5 天到第 10 天, 避免旅行、乘坐公共交通工具或前往任何不能戴口罩的地方 (餐厅、酒吧、居民房内等)。



如需详细了解 COVID-19, 请访问:  
[nj.gov/health/cd/topics/ncov.shtml](https://nj.gov/health/cd/topics/ncov.shtml)

\*如果您是无症状患者 (从未出现症状), 第 0 天则是指您采集检测样本的当天 (不是您收到阳性检测结果的当天), 第 1 天是指您采集检测样本后的第一个全天