



Mga Alituntunin sa Pag-quarantine para sa COVID-19

Para sa mga nagkaroon ng malapitang kontak sa isang taong may nakumpirmang COVID-19.

Sino ang kailangang mag-quarantine?

- Mga taong ≥ 12 taong gulang na nakumpleto ang pangunahing serye ng bakuna para sa COVID-19 pero HINDI nakatanggap ng booster shot noong naging kwalipikado sila.
- Mga taong hindi nakumpleto ang pangunahing serye ng bakuna.

Sino ang hindi kailangang mag-quarantine?

- Mga taong ≥ 12 taong gulang na nakumpleto ang pangunahing serye ng bakuna para sa COVID-19 AT natanggap ang lahat ng inirerekomandang dosis ng bakuna, kasama ang mga booster.
- Mga bata na nasa edad na 5-11 taong gulang na nakumpleto ang kanilang pangunahing serye ng bakuna para sa COVID-19.
- Mga taong nagkaroon ng nakumpirmang COVID-19 sa loob ng nakalipas na 90 araw.

Ika-0 Araw

Petsa ng pagkaka-expose sa isang taong may COVID-19.

Ika-1 Araw

Ito ang iyong unang buong araw ng quarantine.

Ika-2 Araw

Ika-3 Araw

Ika-4 Araw

Ika-5 Araw

Magpa-test sa loob ng hindi bababa sa 5 araw pagkatapos ng malapitang kontak.

Ika-6 Araw

IKA-6 NA ARAW
Walang sintomas at/o negatibo ang test
Maaaring kang lumabas ng bahay, pero magsuot ng mask at subaybayan ang mga sintomas hanggang ika-10 araw.

IKA-6 NA ARAW
May mga sintomas o positibong test
Patuloy na manatili sa bahay at sundin ang mga rekomendasyon para sa pag-isolate.

Ika-7 Araw

Ika-8 Araw

Ika-9 Araw

Ika-10 Araw

Ika-11 Araw

Maaari mong ituloy ang mga regular na aktibidad.



Mga Karagdagang Hakbang



Patuloy na magsuot ng sukat na sukat na mask o respirator kapag may kasamang iba sa bahay at kapag nasa publiko hanggang ika-10 araw.



Patuloy na subaybayan ang mga sintomas. Kung magkakaroon ng mga sintomas, magpa-test at sundin ang mga rekomendasyon para sa pag-isolate.



Ipagpaliban ang pagbibiyaha kapag maaari hanggang sa makumpleto ang 10 araw pagkatapos ng huling malapitang kontak.



Iwasan ang mga taong humina ang resistensiya (immunocompromised) o mataas ang panganib na magkaroon ng malubhang sakit hanggang ika-10 araw.



Huwag pumunta sa mga lugar kung saan hindi ka makakapagsuot ng mask, tulad ng mga restaurant hanggang ika-10 araw.



Alamin pa ang tungkol sa COVID-19 sa nj.gov/health/cd/topics/ncov.shtml