

	社交距离	检疫隔离	染疫隔离
适用人群?	没有接触过病毒或者不知道接触过病毒的人员。	接触过病毒但目前没有病毒感染症状的人员。	已出现病毒感染症状的人员。
相关定义?	一种预防措施，有助于防止病毒传播。	一种预防策略，用来对病毒接触人员进行一段时间的监控，以观察其是否出现症状。	一种预防策略，用来将病毒感染者与健康人分开。
适用地点?	家庭以外的公共场所，例如副食店和工作场所。	居家环境。	不需要医疗护理时，可以居家进行。需要医疗护理时，在医院进行。
何时使用?	全天候使用，直到 ND 卫生部作出进一步指示。	如果您已知接触过病毒。	如果检测结果阳性或出现症状，但尚未获得检测结果。
持续多长时间?	<p>全天候使用，直到 ND 卫生部作出进一步指示。</p> <p>完全疫苗接种人员</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>探访其他完全疫苗接种者时不用佩戴口罩或保持社交距离。</li> <li>探访未完全接种疫苗的同一家人（包括儿童）时，如果 COVID-19 重症风险较低，在室内可以不用佩戴口罩或保持社交距离</li> <li>参加户外活动和娱乐活动时不用佩戴口罩，但除外某些拥挤环境和场所</li> <li>如需完整建议列表，请点击<a href="#">这里</a>。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>如果未完全接种疫苗，或者距离第二剂 mRNA 接种时间超过六个月（或者接种 J&amp;J 疫苗时间超过 2 个月）且尚未接种加强剂量： <ul style="list-style-type: none"> <li>CDC 目前建议您进行五天的检疫隔离，并在接下来的五天内严格佩戴口罩。如果无法进行 5 天的检疫隔离，则在暴露后 10 天内，暴露人员接触他人时必须始终佩戴<a href="#">适合的口罩</a>。</li> </ul> </li> <li>如果已接种加强剂量疫苗、过去 90 天内感染过病毒、暴露时双方均佩戴口罩，又或者 mRNA 主要系列接种后 6 个月以内（或者 J&amp;J 疫苗接种后 2 个月以内）： <ul style="list-style-type: none"> <li>暴露后无需进行检疫隔离，但应佩戴口罩 10 天。</li> </ul> </li> </ul>	<p>如果没有症状，或者症状正在改善且在第 5 天无发热（未服用任何药物）超过 24 小时（含），则应接受最少 5 天的染疫隔离。隔离期满之后的五天内，在接触他人时应佩戴适合的口罩。</p>
这对我的日常生活意味着什么?	<ul style="list-style-type: none"> <li>避免大型聚会。</li> <li>与他人保持 6 英尺的距离。</li> <li>如果无法与他人保持 6 英尺距离，请佩戴布制口罩。</li> <li>与朋友或亲人打电话或视频聊天，尤其是老年人或者处于高风险的慢性病患者。</li> <li>如有可能，请在家办公。</li> <li>保持良好的卫生习惯，避免握手或触摸脸部。</li> <li>如果出现症状并需要医疗护理，请致电医疗保健机构。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>请待在家里，避免与他人密切接触。</li> <li>不要上学、上班或者到无法与他人保持 6 英尺距离的任何其他场所。</li> <li>给亲人打电话或视频聊天。</li> <li>请通过朋友或家人，或者使用非接触式送货服务获得食物、药物及其他必需品。</li> <li>请采取标准卫生和预防措施，例如不共用家居用品、经常洗手以及清洁经常接触的表面。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>除非紧急情况，否则不要离家。如果与他人同住，请独自待在“病房”内；如有可能，请不要共用卫生间。</li> <li>如果有宠物并与其他人同住，请不要触摸宠物。</li> <li>请通过朋友或家人，或者使用非接触式送货服务获得食物、药物及其他必需品。请尝试为隔离期囤积一些物品。</li> <li>请采取标准卫生和预防措施，例如不共用家居用品、经常洗手以及清洁经常接触的表面。</li> <li>护理人员打扫您的房间或卫生间时，应佩戴口罩，并在您使</li> </ul>

		<ul style="list-style-type: none"><li>• 监测症状。如果出现症状并需要医疗护理，请致电医疗保健机构。</li><li>• 请在病毒暴露后的第 5 天或者出现症状后立即进行 SARS-CoV-2 检测。</li></ul>	<p>用卫生间后尽可能等待较长时间。</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• 如果出现严重症状，请立即联系您的医疗保健人员。</li></ul>
--	--	---	--