

## 臨時指引：COVID-19 新型冠狀病毒確診或疑似患者結束隔離或復工

2020年8月4日更新

以下指引由三藩市公共衛生局 (San Francisco Department of Public Health, SFPDH) 根據美國疾病控制及預防中心 (Centers for Disease Control and Prevention, CDC) 的建議而制定，並發佈於網址<http://www.sfdcp.org>。此臨時指引可能會隨認知、社區傳播情況以及個人防護裝備 (Personal Protective Equipment, PPE) 和檢測的供應量變化而有所調整。

**對象：**確診或疑似感染新型冠狀病毒 (COVID-19)，並想了解何時可以結束居家隔離以返回工作崗位、學校等的人士。其中包括非專業護理機構 (Skilled Nursing Facilities, SNF) 的醫護人員和急救人員。本指引不適用於專業護理機構 (SNF) 工作人員，此類人員在被診斷出 COVID-19 新型冠狀病毒後，必須遵守更嚴格的標準，方可重返工作崗位。詳情請參閱網址<http://www.sfdcp.org/covid19hcp>，參閱「長期護理和長者護理」中針對 SNF 專業護理機構工作人員的指引。

如果您已經確診或疑似感染 COVID-19 新型冠狀病毒，請查詢您的雇主是否有關於復工的其他政策和流程。

照顧住院患者的臨床醫生應參閱 [CDC 美國疾病控制及預防中心發佈的在醫療護理場所中停止採行預防傳播的措施之指引](#)。

以下的更改摘要是來自 2020 年 6 月 8 日的指引版本

採納與 2020 年 7 月 20 日的 [CDC 美國疾病控制及預防中心建議](#) 一致的準則，包括：

- 取消基於檢測的準則
- 將症狀和發燒情況改善的時間從 72 小時縮短為 24 小時
- 將症狀改善的範圍擴大到呼吸道症狀以外

請注意，對 [專業護理機構的工作人員有不同要求](#)，其不應使用這些指引。

### 背景：

就本文件而言，以下定義適用：

**確診 COVID-19 新型冠狀病毒**，即表示您的 COVID-19 新型冠狀病毒檢測呈陽性（無論您是否出現症狀）— 或—臨床醫生說您患有或可能患有 COVID-19，並且應該隔離至少 10 天

對於 18 歲或以上人士而言，**疑似感染 COVID-19 新型冠狀病毒**，即表示您有以下任何一種新出現及沒有其他原因解釋的病徵或症狀，即：

- 發燒、發冷或反復抖動/發顫
- 咳嗽
- 喉嚨痛
- 氣喘、呼吸困難



- 感到異常疲倦或疲勞
- 喪失味覺或嗅覺
- 肌肉疼痛
- 頭痛
- 流鼻涕或鼻塞
- 腹瀉

如果您符合COVID-19**新型冠狀病毒**疑似病例的準則，您便應進行病毒檢測，因為如果檢測結果呈陰性，您可能提早結束隔離，返回工作崗位/學校。如果您選擇不進行測試，則必須按照以下說明，在至少10天(日曆天)內不得上班。

有關如何在家中進行隔離或檢疫的說明，請瀏覽網址[www.sfgdcp.org/i&q](http://www.sfgdcp.org/i&q)

如果隔離和檢疫對您的工作或收入產生影響或有其他顧慮，請瀏覽網址[www.sfgdcp.org/workerFAQ](http://www.sfgdcp.org/workerFAQ)

## 1. 確診或疑似感染COVID-19**新型冠狀病毒**後，我何時可以結束隔離並復工？

以下是在確診或疑似感染COVID-19**新型冠狀病毒**後復工的準則：

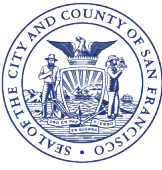
- 如果您**確診COVID-19新型冠狀病毒**，**或**  
如果您疑似感染COVID-19**新型冠狀病毒**，而您又未接受COVID-19**新型冠狀病毒**檢測，則您在符合以下所有條件的情況下，可以結束隔離並重返工作崗位：
  - 您已經至少24小時完全沒有發燒；並且
  - 在這24小時中您未服用任何退燒藥物，例如Tylenol、對乙酰氨基酚、Advil、布洛芬、Aleve或萘普生；並且
  - 您的症狀有所改善<sup>1</sup>；並且
  - 從症狀首次出現到現在至少已過了10天。
- 如果您已**確診COVID-19新型冠狀病毒**，但從未出現過症狀，則在符合以下條件的情況下，您可以復工：
  - 您的診斷檢測呈陽性之日起10天後。

與任何醫療情況一樣，請務必遵循您的醫療服務提供者的指示，其可能會根據您的具體病歷給您不同的指示。

### A. 如果我有第1頁中列出的其中一項COVID-19**新型冠狀病毒**疑似症狀，但我的症狀已經好轉，並且COVID-19**新型冠狀病毒**檢測結果呈陰性，該怎麼辦？症狀出現後，我可以早於10天返回工作崗位嗎？

如果您的COVID-19**新型冠狀病毒**檢測結果從未呈陽性（即是您尚未**確診COVID-19新型冠狀病毒**），但您有第1頁中列出的至少一項症狀，則您在符合以下條件的情況下，可以提早返回工作崗位：

<sup>1</sup> 如果您的其中一項症狀是**喪失味覺或嗅覺**，則您不必等待其好轉。因COVID-19**新型冠狀病毒**而**喪失味覺或嗅覺**的人士，這類症狀可能在幾個星期內都不會好轉。只要其他症狀有所好轉，包括24小時內不發燒，而且過了至少10天，便可停止隔離。如果味覺或嗅覺喪失是您唯一出現的症狀，您便可以在首次注意到此症狀之日起的10天後復工。



- 您取得一次病毒檢測呈陰性的結果，並且
- 您的症狀已好轉，並且
- 您已經24小時沒有發燒。

請諮詢您的醫療服務提供者或職業安全辦公室，以幫助您作出相關決定。由於COVID-19新型冠狀病毒診斷檢測並非100%準確無誤，所以儘管檢測結果呈陰性，您仍有可能實際罹患COVID-19新型冠狀病毒 — 此稱為假陰性。如果您與有較高風險因COVID-19新型冠狀病毒而患重病的人士有密切接觸（請參閱[www.sfdcp.org/vulnerable](http://www.sfdcp.org/vulnerable)），您應考慮在您的症狀首次出現後，保持隔離狀態至少10天。

## 2. 如果我已經確診COVID-19新型冠狀病毒，是否需要再次進行病毒檢測才能返回工作崗位？

**不需要。**僱主不應該要求提供病毒檢測呈陰性的證明。COVID-19新型冠狀病毒確診感染者不應該為了儘早結束隔離而再度接受COVID-19新型冠狀病毒檢測，除非感染控制專家建議您這麼做。由於獲得檢測結果所需的時間較長，您不太可能透過嘗試獲得連續兩次至少相隔24小時的陰性病毒檢測結果（此為CDC美國疾病控制及預防中心允許COVID-19新型冠狀病毒確診病例早於10天復工的要求），而縮短您的隔離期。如果您符合如上的準則，**您便被視為不再具有傳染性。**

### A. 我的COVID-19新型冠狀病毒檢測呈陽性，而且從症狀出現之日起到現在已經超過了10天以上，但是我再次接受COVID-19新型冠狀病毒檢測，結果還是呈陽性。我能否復工？

COVID-19新型冠狀病毒康復者可能會在較長時間內，COVID-19新型冠狀病毒檢測仍然呈陽性，這是因為死去的病毒粒子在數週內仍會在體液中出現。這些死去的病毒粒子會將病毒檢測結果變為陽性，即使其病毒不會令他人患上疾病。這就是為什麼即使您曾是確診病例，而康復後的病毒檢測又呈陽性的原因，在至少10天過後，您仍然可以復工。如果您符合如上所述的標準，您不再被視為具有傳染性。

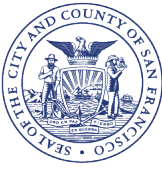
### B. 甚麼是接受抗體檢測呢？我在復工前是否需要驗血嗎？

不需要。任何人都無需要進行抗體血清檢測才可復工。

## 3. 如果我有第1頁所列的其中一項症狀，我是否需要進行病毒檢測才能復工？

如果您有第1頁所列的其中一項症狀，並且沒有進行COVID-19新型冠狀病毒檢測，您便必須停工至少10天，除非您進行COVID-19新型冠狀病毒檢測，而且檢測結果呈陰性。這是因為如果您未進行檢測，您便有可能感染了COVID-19新型冠狀病毒而不知道，因此您應該和COVID-19新型冠狀病毒確診患者進行一樣長時間的隔離（至少10天）。但是，如果您進行了COVID-19新型冠狀病毒檢測，而您的檢測結果呈陰性，則在您感覺好轉並且24小時沒有發燒後，即可復工。請參閱如上。

## 4. 復工前，我需要公共衛生局 (Department of Public Health, DPH) 或我的



## 醫療保健提供者發出證明嗎？

不需要。一般來說，SFPDPH三藩市公共衛生局不建議非醫療保健商業和雇主要求員工提供證明才能復工。如果您符合如上所述的準則，您便無需DPH三藩市公共衛生局或您的醫療保健提供者發出任何證明，便可復工。醫療保健機構可以選擇要求提供與其職業安全計劃相關的文件。

為了協助您，如果您的雇主仍然要求您提供證明和/或陰性病毒檢測結果以允許復工，SFPDPH三藩市公共衛生局備有一封通用信函，雇員/員工可以將此信函提供給雇主，請參閱網址：

<https://www.sfcddcp.org/workletter>

## 5. 還有什麼其他復工須知？

請繼續佩戴口罩，並經常洗手。請與非同住人士保持6英尺距離，並盡量避免與非同住人士共處於室內。

請監測您的健康狀況，如果症狀復發或惡化，請立即讓您的員工健康或醫療保健提供者進行檢查。

如果您屬於免疫力低下，或者您是醫護人員或急救人員，您的雇主或醫療保健提供者可能會建議遵守更嚴格的要求，以結束隔離及復工。

## 6. 是否有給予醫護人員或急救人員的特殊建議？

如果您已經確診或疑似感染COVID-19新型冠狀病毒，請查詢您的雇主是否有關於復工的其他政策和流程。

在您生病後的至少14天之內，請避免接觸或照護免疫系統衰弱的患者（例如癌症或器官移植患者）。

對專業護理機構的工作人員有不同要求，此類工作人員不應使用這些指引。請參閱網址 [www.sfcddcp.org/covid19hcp](http://www.sfcddcp.org/covid19hcp) 的「長期護理和長者護理」一節。

## 7. 我與COVID-19新型冠狀病毒確診患者有過密切接觸。我什麼時候可以復工？

與COVID-19新型冠狀病毒測試呈陽性的人士有過密切接觸後，您必須在家中自我隔離14天，以等待觀察是否出現COVID-19新型冠狀病毒的症狀。切勿上學或上班。

密切接觸者的定義如下：

- 與COVID-19新型冠狀病毒確診患者居住在同一個家庭的人士，或為其親密伴侶，或
- 與COVID-19新型冠狀病毒確診患者在6英尺範圍內共處15分鐘以上的人士，或
- 在COVID-19新型冠狀病毒感染者出現症狀之前48小時內的任何時間（或者如果COVID-19新型冠狀病毒感染者無症狀，則為其檢測呈陽性的日期開始），

直接接觸過COVID-19新型冠狀病毒確診患者的體液和/或分泌物的人士，無論時間長短（例如，



被對著咳嗽或打噴嚏、共用餐具，或在未戴口罩、防護服和手套的情況下接受其護理或為其提供護理）。

如果您有過密切接觸並且：

- 您並未出現任何症狀：您可在最後一次密切接觸COVID-19新型冠狀病毒確診病例之日起14天後結束檢疫；
- 您的COVID-19新型冠狀病毒檢測呈陽性：您確診感染COVID-19新型冠狀病毒，可遵循如上中的準則來結束隔離；
- 如果您的COVID-19新型冠狀病毒檢測呈陰性，在您與COVID-19新型冠狀病毒確診病例最後一次密切接觸後，您仍須保持檢疫14天。

但如果您是「應對COVID-19新型冠狀病毒的必要工作人員」，只要您未發病並且按照要求佩戴口罩，並遵守您的雇主要求的其他特定政策，您即可在與COVID-19新型冠狀病毒檢測呈陽性的人士密切接觸後立即復工。請瀏覽網站<http://www.sfdcp.org/i&q>，查看三藩市第2020-02b號衛生官員指令，以了解哪些人員被定義為應對COVID-19新型冠狀病毒的必要工作人員。

## 資料來源

隨時瞭解情況。資訊瞬息萬變。可在以下網址查閱實用資料：

- 三藩市公共衛生局 (SFDPH)
  - <https://www.sfdcp.org/covid19>
- 美國疾病控制及預防中心 (CDC) 復工指引：
  - 一般人員：  
<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/hcp/disposition-in-home-patients.html>
  - 醫療保健工作者：  
<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/healthcare-facilities/hcp-return-work.html>