

Phải Làm Gì Khi Quý vị Có Kết Quả Xét Nghiệm Dương Tính với COVID-19

Ngày 28 Tháng Ba 2023

Tài Liệu Liên Quan:

- [Phải Làm Gì Khi Quý Vị Bị Phơi Nhiễm với COVID-19](#)
- [Hướng Dẫn về Cách Ly và Kiểm Dịch COVID-19](#)
- [Xét-Nghiệm-để-Điều-Trị](#)

COVID-19 rất dễ lây lan và đối với một số người, COVID-19 có thể dẫn đến bệnh nặng hoặc tử vong. Nếu quý vị có kết quả xét nghiệm dương tính, sau đây là những bước quan trọng mà quý vị có thể thực hiện để giúp bản thân và những người xung quanh được an toàn:

1. [Lập tức tìm cách điều trị COVID-19 khi quý vị có triệu chứng.](#)
2. [Cách ly bằng việc ở nhà và tránh xa người khác.](#)
3. [Đeo khẩu trang khi ở gần người khác trong môi trường khép kín.](#)
4. [Thực hiện các biện pháp phòng ngừa và thông báo những người trong danh sách liên lạc.](#)

Người sử dụng lao động, nhà trường, nơi cư trú, hoặc [sở y tế tại địa phương](#) của quý vị có thể có những khuyến nghị hoặc quy định khác, đặc biệt là khi quý vị sống hoặc làm việc trong [môi trường y tế](#).

1. [Lập tức tìm cách điều trị COVID-19 khi có triệu chứng](#)

Thuốc điều trị COVID-19 là hoàn toàn miễn phí, có sẵn rộng khắp, và có hiệu quả trong việc ngăn chặn bệnh COVID-19 trở nên nghiêm trọng.

Mọi người từ 12 tuổi trở lên có triệu chứng và có kết quả xét nghiệm dương tính với COVID-19 phải trao đổi với nhà cung cấp dịch vụ y tế về việc điều trị. Việc điều trị đã chứng minh là có hiệu quả lên tới 88% trong việc ngăn ngừa bệnh nặng, nhập viện, và tử vong do COVID-19.

Bằng chứng ban đầu cũng cho thấy việc điều trị COVID-19 có thể giảm nguy cơ hình thành [triệu chứng COVID](#) kéo dài, mà có thể là nhiều tuần, nhiều tháng, hoặc nhiều năm sau khi bị nhiễm COVID-19. Ngoài ra, việc điều trị COVID-19 có thể giúp quý vị hết nhiễm và cho kết quả âm tính sớm hơn.

Hành động nhanh chóng. Thuốc điều trị COVID-19 có hiệu quả nhất khi được bắt đầu trong vòng 5-7 ngày đầu tiên kể từ khi có triệu chứng. Thuốc hiện được cung cấp hoàn toàn miễn phí bất kể có bảo hiểm hay quyền công dân hay không, nhưng quý vị phải có đơn thuốc.

Phương án nhận đơn thuốc điều trị COVID-19 bao gồm:

- Liên hệ bác sĩ, trung tâm chăm sóc khẩn cấp, hoặc nhà cung cấp bảo hiểm của quý vị để đặt lịch, bao gồm hẹn qua cuộc gọi video hoặc điện thoại.

- Gọi cho đường dây nóng COVID-19 trên toàn tiểu bang theo số 833-422-4255.
- Tìm địa điểm **Xét Nghiệm-để-Điều Trị** ở gần quý vị. Những địa điểm này có thể cung cấp việc xét nghiệm và kê đơn thuốc điều trị COVID-19. Để tìm địa điểm, vui lòng sử dụng [Công Cụ Định Vị Địa Điểm Xét Nghiệm-để-Điều Trị COVID-19](#).
- Một số nhà thuốc có thể cung cấp đơn thuốc điều trị. Gọi nhà thuốc để xem họ có cung cấp dịch vụ này không.

Nếu quý vị không có bảo hiểm hoặc phương án trên không có hiệu quả:

Truy cập [Sesame Care](#) hoặc gọi 833-686-5051 để đặt lịch qua điện thoại hoặc cuộc gọi video miễn phí qua dịch vụ y tế COVID-19 từ xa của California.

Lưu ý: Nếu quý vị không thể nhận đơn thuốc từ bác sĩ nhưng cho rằng mình có đủ điều kiện để được điều trị, thì vui lòng [truy cập Sesame Care](#) hoặc gọi 833-686-5051 để đặt lịch qua điện thoại hoặc cuộc gọi video với nhà cung cấp dịch vụ y tế COVID-19 từ xa của California miễn phí. Quý vị cũng có thể cho bác sĩ xem [Khuyến nghị điều trị của CDPH](#).

Theo dõi các triệu chứng của quý vị

Gọi 911 nếu quý vị bắt đầu có các dấu hiệu cảnh báo khẩn cấp, bao gồm khó thở; tức ngực, đau ngực; môi, mặt hoặc móng tay tím tái; nhầm lẫn hoặc khó thức dậy; hoặc các triệu chứng nghiêm trọng khác.

Nếu quý vị có kết quả xét nghiệm dương tính nhưng chưa cảm thấy có bệnh, quý vị phải tự theo dõi các [triệu chứng COVID-19](#). Nếu quý vị bắt đầu có triệu chứng, vui lòng trao đổi với nhà cung cấp dịch vụ y tế về việc điều trị (xem [phần trên](#) để biết cách tìm kiếm phương pháp điều trị) hoặc các thắc mắc mà quý vị có thể có đối với dịch vụ chăm sóc.

Nếu quý vị vẫn có triệu chứng hoặc tình trạng không cải thiện trong vài tuần sau khi có kết quả xét nghiệm dương tính, vui lòng đọc thêm về [tình trạng hậu COVID \(COVID kéo dài\)](#) hoặc tìm hiểu về [COVID kéo dài và người lao động](#), đồng thời trao đổi với nhà cung cấp dịch vụ y tế về các triệu chứng.

2. Cách ly

Nếu có kết quả xét nghiệm dương tính, quý vị phải [cách ly](#) (ở nhà và tránh xa người khác) tối thiểu 5 ngày trọn vẹn để tránh truyền bệnh sang người khác. Cần phải cách ly ngay cả khi quý vị đã được tiêm vắc-xin hoặc đã nhiễm COVID-19 trước đó.

Quý vị phải cách ly tối thiểu 5 ngày kể từ ngày bắt đầu cảm thấy có bệnh (Ngày 0 là ngày bắt đầu cảm thấy có bệnh; Ngày 1 là ngày tiếp theo). Nếu không có triệu chứng, thì phải cách ly 5 ngày trọn vẹn sau khi có kết quả xét nghiệm dương tính (Ngày 0 là ngày có kết quả xét nghiệm dương tính; Ngày 1 là ngày tiếp theo).

Hướng dẫn: Sử dụng [Bảng Tính Xét Nghiệm và Cách Ly Cá Nhân](#) để giúp xác định thời gian cần cách ly.

Quý vị có thể kết thúc việc cách ly SAU Ngày thứ 5 KHI:

- **Quý vị không có triệu chứng, hoặc có triệu chứng nhẹ và thuyên giảm dần; VÀ**
- **Quý vị không bị sốt** trong 24 giờ mà không dùng thuốc hạ sốt.

Ngay cả khi quý vị kết thúc việc cách ly sớm hơn, quý vị vẫn phải tiếp tục đeo khẩu trang cho đến Ngày thứ 10 trừ khi, sau khi kết thúc việc cách ly, quý vị có hai lần xét nghiệm kháng nguyên âm tính cách nhau tối thiểu một ngày mà không có kết quả xét nghiệm dương tính ở giữa.

Quan trọng: Có một số trường hợp quý vị phải cách ly trên 5 ngày:

- Khi quý vị bị sốt, không được kết thúc việc cách ly cho đến khi hết sốt trong 24 giờ (mà không dùng thuốc hạ sốt), HOẶC
- Khi các triệu chứng khác của quý vị không cải thiện, thì quý vị phải tiếp tục cách ly cho đến khi cảm thấy khỏe hơn hoặc cho đến sau Ngày thứ 10.

Sau khi quý vị kết thúc việc cách ly, mà triệu chứng trở lại hoặc trở nên tệ hơn, thì quý vị vui lòng sử dụng xét nghiệm kháng nguyên để xét nghiệm lại. Nếu quý vị có kết quả dương tính, vui lòng bắt đầu lại việc cách ly từ Ngày 0.

LƯU Ý: Người bị suy giảm miễn dịch có thể tiếp tục có virus và vẫn có khả năng truyền nhiễm trên 10 ngày. Nếu các triệu chứng tệ hơn hoặc vẫn tiếp tục sốt, thì quý vị phải liên hệ nhà cung cấp dịch vụ y tế và tìm cách điều trị.

Khi quý vị cách ly, ở trong phòng riêng cách xa người khác trong hộ gia đình để giúp phòng tránh cho họ khỏi bị nhiễm bệnh. Không trực tiếp đi làm hoặc đến trường; [không đi lại](#) (PDF), không sử dụng phương tiện giao thông công cộng, và không đến cửa hàng hoặc những địa điểm công cộng khác. DUY TRÌ liên lạc với bạn bè và gia đình trực tuyến qua việc gọi điện thoại, nhắn tin, và internet.

Nếu quý vị cần giúp mua thực phẩm hoặc những mặt hàng thiết yếu khác trong thời gian cách ly, vui lòng gọi 2-1-1, [đường dây Thông Tin của quận](#), hoặc truy cập trang web [2-1-1](#). Trang [COVID19.ca.gov](#) sẽ cung cấp thêm các nguồn hỗ trợ, bao gồm [hỗ trợ tài chính](#); [hỗ trợ thực phẩm](#); [nhà ở và người vô gia cư](#), [hỗ trợ tinh thần](#), và [hỗ trợ chăm sóc trẻ](#); và hỗ trợ dành cho [cộng đồng di cư](#).

3. Đeo khẩu trang

Đeo khẩu trang là một công cụ hiệu quả trong việc giúp người xung quanh không bị nhiễm bệnh. Nếu phải ở gần người khác trong môi trường khép kín, quý vị phải đeo [khẩu trang vừa khít](#) cho đến hết Ngày thứ 10, đặc biệt là khi quý vị ở gần người có nguy cơ nhiễm cao (chẳng hạn như những người sống trong gia đình quý vị) hoặc có [nguy cơ cao bị bệnh nặng](#) từ COVID-19.

Ngay cả khi quý vị kết thúc việc cách ly sớm hơn, vui lòng tiếp tục **đeo khẩu trang trong 10 ngày**.

- Quý vị phải đeo khẩu trang ngay khi bắt đầu có triệu chứng (Ngày 0) hoặc ngày quý vị có kết quả xét nghiệm dương tính (Ngày 0 nếu quý vị không có triệu chứng) cho đến Ngày thứ 10.
- Nếu quý vị kết thúc việc cách ly sau khi cách ly và đeo khẩu trang đến hết Ngày thứ 5, thì quý vị có thể bỏ khẩu trang khi quý vị có hai lần xét nghiệm kháng nguyên âm tính cách nhau tối thiểu một ngày mà không có xét nghiệm dương tính ở giữa. Nếu không xét nghiệm hoặc có kết quả xét nghiệm dương tính, thì quý vị phải tiếp tục đeo khẩu trang cho đến hết Ngày thứ 10.
- Ngay cả khi có hai lần xét nghiệm âm tính, quý vị vẫn có thể phải tiếp tục đeo khẩu trang cho đến hết Ngày thứ 10 khi ở nơi làm việc, theo [quy định của Cal/OSHA](#), hướng dẫn của sở y tế tại địa phương, hoặc chính sách tại nơi làm việc của quý vị.
- Nếu kết quả xét nghiệm kháng nguyên của quý vị (chẳng hạn như xét nghiệm tại nhà) là dương tính, thì quý vị vẫn có khả năng truyền nhiễm. Tiếp tục đeo khẩu trang và đợi tối thiểu một ngày trước khi thực hiện xét nghiệm khác.
- Truy cập [trang xét nghiệm COVID-19 của CDPH](#) để tìm hiểu thêm và tìm địa điểm xét nghiệm hoặc [đặt trực tuyến bộ xét nghiệm tại nhà](#).

Quý vị phải đeo khẩu trang vừa khít và có [khả năng lọc tốt](#), lý tưởng nhất là khẩu trang N95, KN95, KF94 hoặc khẩu trang phẫu thuật. Tìm hiểu [thêm về đeo khẩu trang](#) và nhận [hướng dẫn đeo khẩu trang dành cho trẻ em](#) (PDF).

Hướng dẫn: Sử dụng [Bảng Tính Xét Nghiệm và Cách Ly Cá Nhân](#) để giúp xác định phải đeo khẩu trang trong bao lâu.

4. Đề phòng và thông báo những người trong danh sách liên lạc

Quý vị có thể bị nhiễm và có khả năng truyền nhiễm COVID-19 sang người khác ngay cả khi không có triệu chứng. Quý vị có khả năng truyền nhiễm từ 2 ngày trước khi có triệu chứng (hoặc 2 ngày trước khi có kết quả xét nghiệm dương tính nếu không có triệu chứng) cho đến thời điểm quý vị kết thúc việc cách ly. Đây là khoảng thời gian quý vị có nhiều khả năng nhất trong việc khiến người khác bị phơi nhiễm với COVID-19. Tuy nhiên, quý vị vẫn sẽ có khả năng truyền nhiễm sau khi kết thúc việc cách ly và phải tiếp tục thực hiện các biện pháp phòng ngừa trong 10 ngày.

Những biện pháp bổ sung cần thực hiện sau khi có kết quả xét nghiệm dương tính với COVID-19:

- Cải thiện hệ thống thông gió (luồng không khí) ở nhà: xem [trang web về hệ thống thông gió](#) của CDC để biết thêm thông tin về cách cải thiện chất lượng khí trong nhà của quý vị.
- [Rửa tay](#) thường xuyên bằng xà phòng và nước trong tối thiểu 20 giây; hoặc khi không thể rửa tay, vui lòng sử dụng dung dịch rửa tay với tối thiểu 60% cồn.
- Che miệng khi ho và hắt hơi, đồng thời [lập tức rửa tay](#) sau khi ho, hắt hơi, hoặc xì mũi.
- Vệ sinh hoặc khử trùng những bề mặt “thường xuyên tiếp xúc” tối thiểu ngày một lần; vui lòng truy cập [trang web của CDC](#) để biết thêm thông tin về vệ sinh nhà cửa.

Để biết thêm thông tin, vui lòng truy cập [trang web của CDC](#) về việc phải làm gì khi bị nhiễm COVID-19 và để biết thêm thông tin về đi lại an toàn, vui lòng xem [Trang web về đi lại](#) của CDC.

Thông báo những người trong danh sách liên lạc

Việc cho những người bị phơi nhiễm COVID-19 với quý vị biết là quý vị đã có kết quả xét nghiệm dương tính sẽ cho phép họ đi xét nghiệm, đeo khẩu trang để bảo vệ người khác, và tìm cách điều trị sớm khi họ bị bệnh.

Nơi làm việc, nhà trường hoặc nơi cư trú của quý vị có thể có những chính sách báo cáo khi quý vị có mặt tại nơi làm việc/nhà trường/nơi cư trú khi có khả năng truyền nhiễm. Vui lòng tham khảo hướng dẫn của người sử dụng lao động, nhà trường, cơ sở, hoặc sở y tế tại địa phương về báo cáo kết quả xét nghiệm dương tính.

Những [người tiếp xúc gần](#) là những người quý vị ở gần hoặc ở cùng phòng khi quý vị có khả năng truyền nhiễm, trong thời gian đủ lâu để có thể bị phơi nhiễm với COVID-19 từ quý vị. Thời điểm quý vị được coi là có khả năng truyền nhiễm là 2 ngày trước khi có triệu chứng (hoặc 2 ngày trước khi có kết quả xét nghiệm dương tính nếu không có triệu chứng) cho đến ngày quý vị kết thúc việc cách ly.

Nhanh chóng thông báo những người trong danh sách liên lạc của quý vị biết họ có khả năng đã bị phơi nhiễm với COVID-19 sẽ giúp họ đi xét nghiệm, đeo khẩu trang, và tìm hiểu xem liệu họ có bị nhiễm bệnh để kịp thời điều trị, đồng thời thực hiện các bước để bảo vệ các thành viên gia đình, đồng nghiệp và những người khác của họ khỏi bị nhiễm virus.

Quý vị có thể thông báo những người trong danh sách liên lạc của mình bằng việc gọi điện, nhắn tin hoặc gửi email cho họ, hoặc thông báo ẩn danh cho họ qua trang web [Thông Báo Những Người Trong Danh Sách Liên Lạc](#). Họ có thể truy cập [Phải Làm Gì Khi Bị Phơi Nhiễm COVID-19](#) để tìm hiểu thêm về những hành động phải thực hiện để bảo vệ bản thân và những người khác.

Quan trọng: Thông báo [CA Notify](#) kết quả xét nghiệm dương tính của quý vị khi quý vị kích hoạt công cụ thông báo phơi nhiễm trên điện thoại di động của mình. Điều quan trọng là phải thông báo CA Notify ngay cả khi quý vị đã thông báo tất cả những người trong danh sách liên lạc thân thiết mà quý vị biết. CA Notify có thể thông báo ẩn danh cho những người mà quý vị không biết về việc đã bị phơi nhiễm.

Quý vị có thể nhận được thông báo bằng tin nhắn của ai đó hoặc CA Notify hoặc sở y tế địa phương rằng quý vị đã bị phơi nhiễm với COVID-19.

- Sau khi phục hồi từ lần nhiễm gần nhất, nếu quý vị nhận được thông báo phơi nhiễm trong vòng 30 ngày kể từ ngày có kết quả xét nghiệm dương tính hoặc có triệu chứng gần nhất, thì quý vị không cần phải xét nghiệm trừ khi quý vị có triệu chứng mới.
- Nếu quý vị được thông báo là quý vị đã bị phơi nhiễm và đã 31-90 ngày kể từ lần quý vị bị nhiễm trước đó, thì quý vị phải sử dụng [xét nghiệm kháng nguyên](#) để xét nghiệm bất kể có triệu chứng hay không.

Quý vị có thể truy cập [Phải Làm Gì Khi Bị Phơi Nhiễm COVID-19](#) để tìm hiểu thêm về cần phải làm gì khi được thông báo về việc bị phơi nhiễm trong tương lai. Nếu quý vị nhận được tin nhắn từ Trợ Lý Áo (23393) và có thắc mắc, vui lòng đọc phần [Hỏi&Đáp về Trợ Lý Áo](#).

Được xuất bản lần đầu ngày 08/2/2022