



COVID-19 (新冠肺炎)

HAWAII STATE DEPARTMENT OF HEALTH

识别并通知您的密切接触者

密切接触者是指任何曾接触新冠肺炎的人，无论接种疫苗的情况如何

请在接触后 10 天内采取预防措施，并遵守 [《隔离和接触指南》](#)。即使其中一人或两人都佩戴了口罩，仍被视为密切接触者。

其他信息

影响新冠肺炎感染风险的因素有很多，包括接触的时间和与新冠肺炎感染者的距离；接触的地点（如室内或室外）；疫苗接种情况；既往新冠肺炎感染情况；以及采取个人防护措施的情况（如佩戴口罩）。

请坚持以正确方式佩戴口罩，以保护自己 and 他人，降低感染新冠肺炎的几率。

列出密切接触者通知名单

- 谁和您住在一起？
- 在您的大家庭中，您与谁相处过？
- 您去工作或上学了吗？
- 您最近是否与其他人相处过？
 - 您是否在餐馆、酒吧、俱乐部或其他场所用餐和/或喝酒？
 - 您是否与他人一起锻炼或去健身房或运动场所？
 - 您是否在自己家里招待家人或朋友，或到家人或朋友家里做客？
 - 您是否参加过聚会或其他社交或工作聚会？
- 您是否亲自去赴约（例如，沙龙、理发师、医生、牙医）？
- 您是否与他人一起乘车或乘坐公共交通工具？
- 您是否参加过礼拜场所（例如，教堂）的服务或活动？

通知您身边的人，他们可能已经接触新冠肺炎

您可以给密切接触者打电话、发短信、发即时信息或发电子邮件。保持联系。如果您愿意，可以使用 [Tell Your Contacts](#) 网站匿名向密切接触者发送电子邮件或短信。

对您的密切接触者说什么

“您好。我需要和您谈一些重要的事情。您有几分钟时间私下谈谈吗？在（日期），我的新冠检测呈阳性。我们在（日期）一起度过了一段时间，我想让您知道，这样您可以接受测试，以保护您的家人和其他人。无论疫苗接种情况如何，当您感染新冠肺炎时，您应与他人隔离。如果您生病了并怀疑自己感染了新冠肺炎，但还没有得到检测结果，您也应该进行隔离。居家至少 5 天。在 10 天内，如果您在他人身边时，请务必戴上合适的口罩。监测症状，并在接触后 5 天接受检测。如果您有任何疑问，请参阅夏威夷州 [卫生局](#) 网站中的“常见问题和资源”。