



在家進行自我新冠病毒檢測臨時指引

2021年10月5日

本指引是由三藩市公共衛生局 (San Francisco Department of Public Health, SFDPH) 制定，提供給本地使用。本指引供或需在家進行自我新冠病毒檢測的一般民眾使用，並發佈於 [sfdcp.org/athomecovidtest](https://www.sfdcp.org/athomecovidtest)。

在家進行自我新冠病毒檢測指引總結：

- 檢測可幫助減少新冠病毒的傳播。若您出現症狀或與新冠病毒疑似或確診病例有密切接觸，無論是否接種疫苗，應進行檢測。
- 三藩市公共衛生局支持使用食品和藥物管理局(FDA)授權的家用自我檢測裝置進行檢測，當正確地使用時可以達到在獲批的情況或地點滿足檢測的需求。此指引集中列明當無需處方購買或無需在醫療保健提供者監督下，可使用家用自我檢測裝置。
- 此建議所列出的均不適用於在高風險設施內工作、生活或探訪的民眾，包括醫療或長期護理機構、懲教機構、無家可歸者庇護中心或過渡住房。
- 在學校、託兒中心、青少年運動和兒童及青少年計劃中或有不同指引。

此文件為民眾提供使用**已獲授權的家用自我檢測裝置進行檢測後**行動指引。意味著此檢測是您在家進行，並沒有獲得醫療保健提供者簽署處方、監督或將樣本發送至化驗室。

獲得檢測的方式有多種。您可以由醫療保健提供者進行檢測、到公眾**檢測站**、或使用可以在家進行(“家用檢測”或“在家檢測”)的**自我採集樣本裝置**(“自我檢測”)。目前市面上的自我檢測包括抗原或分子檢測，例如聚合酶連鎖反應(PCR)和其他核酸擴增檢測(NAAT)，或PCR/NAAT，這些檢測均用於測試現時是否感染。這些檢測的結果是您現在是否患有新冠肺炎而不是過去是否曾經感染。食品和藥物管理局(FDA)提供已獲授權的**抗原**和**聚合酶連鎖反應/核酸擴增檢測**自我檢測裝置資訊。

請參照獲得您所在機構承認的檢測種類，確定您進行家用自我檢測是否其中一個選項。**此文件列出的指引並不會取代您所在機構的規定或醫療保健提供者的建議。家用自我檢測或不能成為官方承認的檢測證明，因此您或者仍需要通過醫療保健提供者再次檢測核實。**

現時，家用自我檢測不被包括以下機構在內的機構承認，因此本指引不能適用於在高風險場所，例如醫療機構或長期護理機構、懲教機構、無家可歸者庇護中心或其他過渡性住房等工作、生活或探訪的人士。在學校、託兒中心、青少年運動和兒童及青少年計劃中或有不同指引，請參閱：<http://www.sfdph.org/dph/covid-19/schools-isolation-and-quarantine.asp-testing>。

若您出現新冠肺炎症狀或與新冠病毒疑似或確診病例有密切接觸，無論您是否已接種疫苗，都應該進行檢測。綜合您的檢測結果、是否出現症狀或是否密切接觸病毒，可決定您是否需要強制隔離或檢疫隔離。更多三藩市內強制隔離與檢疫隔離資訊，請查閱：<https://www.sfdph.org/dph/COVID-19/Isolation-and-Quarantine.asp>。

當使用家用自我檢測裝置時，請確保使用前完整閱讀生產商的使用手冊。**必須遵循所有使用指引。例如，某些檢測裝置會要求您在某段時間內進行多次檢測(檢測系列)。**

若您的檢測結果呈陽性

若您的家用自我檢測結果呈陽性，您應視自己已經感染新冠病毒並採取措施獲取照顧並且與其他人進行隔離。

- 將您的檢測結果告知您的醫療保健提供者並且在感染期間和他們保持聯繫。如果您沒有醫療保健提供這或需要隔離協助，請致電628-217-6101聯絡[新冠資源中心](#)。
- 監測您的症狀。如果您出現更嚴重的症狀，包括呼吸困難，請立即求醫。
- 遵循[三藩市公共衛生局強制隔離與檢疫隔離指引](#)，避免傳播病毒給他們，指引提供資訊給有症狀的確診者及無症狀確診者等。儘可能在您家中或居住的地方，留在一個特定的房間，並且和家中其他成員及寵物分隔開。如果可能，請使用不同的洗手間。如果您在家或居住的地方內或以外地方，需要和其他人或寵物接觸，請佩戴口罩。不要共用私人物品，例如茶杯、毛巾或餐具。
- 告知您的[密切接觸者](#)他們已經接觸新冠病毒。在確診者出現任何症狀或檢測陽性之前48小時(2天)，該名新冠肺炎患者已具有傳染性。您將或已接觸新冠病毒事件通知密切接觸者，是在幫助保護所有人。您也可通過以下網站www.tellyourcontacts.org，以匿名電子郵件或短訊的方式通知對方。

若您的檢測結果呈陰性

若您的自我檢測結果呈陰性，則此檢測未測試到新冠病毒。但是，在某些特定情況下您或需再次接受檢測。抗原檢測或無法測出所有現時的感染，因此若您擔心自己感染新冠病毒，可考慮諮詢您的醫療保健提供者。

- 若您在**症狀出現期間**進行檢測並且小心遵循所有指示，則陰性結果表明您目前的不適**或者不是**由新冠病毒引起。若您出現症狀並且有家用自我檢測的陰性結果，若您患有新冠肺炎的幾率不高，則您或不需要再次檢測核實。**如果您仍擔心，您的醫療保健提供者可幫助您決定是否需要進行第二次檢測。如果您的醫療保健提供者擔心您有感染新冠肺炎的風險，他們或會建議您在家或在醫療機構再進行檢測。**
- 即使在規範使用的情況下檢測結果準確，有時**無症狀感染者**也可獲得「假陰性」結果。若在您感染過於初期階段進行檢測，則可能獲得「假陰性」結果。若此情況發生，您可能會在數日後檢測呈陽性。**如果您未完成疫苗接種並且和新冠肺炎確診患者有密切接觸，即使您的檢測結果呈陰性，也應該遵循[三藩市公共衛生局建議進行檢疫隔離](#)。**
- 如果您的家用自我檢測結果呈陰性，您應遵循生產商的使用說明，因為某些檢測裝置在設計上需要完成一系列檢測，每數天進行一次檢測。檢測越頻繁，則越可能儘早測出新冠病毒並可以減少傳播的機會。更多不同檢測的指引，可查閱[食物和藥物管理局\(FDA\)官網](#) ([分子檢測](#) ([逆轉錄聚合酶反應/核酸擴增測試](#)) 或 [抗原檢測](#)) 獲得。如果對您的檢測或系列檢測結果有疑問，可聯繫您的醫療保健提供者。

若您的檢測結果顯示無效或錯誤

有時檢測結果不清晰或不能確定，因此檢測結果無法清晰顯示您是否確診新冠肺炎。導致無效的檢測的原因有多種。沒有正確地採取樣本或檢測裝置失效。雖然很少發生，但無效的檢測結果仍有機會出現。

若檢測裝置顯示檢測結果無效或錯誤，則檢測結果無法正確診斷。若出現此情況，請參考檢測裝置附帶的使用說明，聯絡生廠商尋求協助，並需要再次檢測。您也可通過醫療保健提供者或公眾[檢測站](#)接受檢測。



您是否:	家用自我檢測結果呈陰性	家用自我檢測結果呈陽性
出現症狀	<p>您可能沒有感染新冠病毒。請在出現症狀期間自我隔離以減少傳播風險。</p> <p>若您或您的醫生仍擔心您或感染新冠病毒(例如，您是密切接觸者或您的症狀比較嚴重)，考慮自我隔離及在 2-3 天內在家或通過醫療保健機構重新檢測。如果第二次檢測結果呈陽性，則在症狀出現 10 天內進行強制隔離。</p> <p>如果您的檢測結果呈陰性，您應在返回工作或學校前，遵循您所屬機構的規定。如果您是新冠肺炎確診者的密切接觸者，遵循檢疫隔離指引。</p>	<p>從症狀出現當天算起，進行至少 10 天的強制隔離，若並未出現症狀，則從陽性檢測算起隔離 10 天。</p> <p>若無症狀，若出現以下情況，考慮聯繫您的醫療保健提供者獲取更多訊息：您沒有和已知的新冠肺炎確診者有密切接觸、您已經完成新冠病毒接種、或您在過去 90 天內曾確診過新冠肺炎。如果您沒有醫療保健提供者，請聯繫新冠資源中心，致電 628-217-6101。</p>
無症狀，但確定和新冠肺炎確診者有密切接觸	<p>如果您沒有出現症狀並且未完成新冠疫苗接種，以密切接觸病毒當日算起，繼續進行 14 天的檢疫隔離。在某些特定情況下，可縮短檢疫隔離天數。請遵循您所在僱主或學校的規例。</p> <p>遵循 三藩市公共衛生局檢疫隔離指引。</p> <p>若期間您出現症狀，遵循上述指引進行強制隔離並考慮重新接受檢測。</p>	<p>更多資訊，請查閱： https://www.sfdph.org/dph/covid-19/isolation-and-quarantine.asp#confirmed</p>
無症狀且無確定的密切接觸	<p>無需進行強制隔離或檢疫隔離。繼續遵循其他所有的公共衛生建議。</p> <p>若檢測生產商建議進行一系列(重複多次)檢測，請遵循生產商的指示。</p>	

更多關於強制隔離與檢疫隔離指引的資訊，請查閱：<https://www.sfdph.org/dph/covid-19/isolation-and-quarantine.asp#SummaryChart>



Resources

疾病控制及預防中心 (CDC) 指引

- [COVID-19新冠病毒指引](#)
- [自我檢](#)
- [COVID-19新冠疫苗](#)

加州公共衛生局 (CDPH)

- [所有指引](#)
- [已完成疫苗接種人士指引](#)
- [檢測指引](#)
- [遮蓋臉部指引](#)
- [CA Notify加州通知](#)

三藩市公共衛生局 (SFDPH)

- [新冠病毒 \(COVID-19\)](#)
- [獲得檢測](#)
- [接種疫苗](#)
- [強制隔離與檢疫隔離資源](#)
- [強制隔離與檢疫隔離指引](#)
- [TK-12學校\(過渡期幼兒班至12年級\) 及青少年檢測指引](#)