



The Commonwealth of Massachusetts

Biwo Egzekitif pou Lasante ak Sèvis Imen
Depatman Sante Piblik
Biwo Maladi Enfeksyèz ak Syans Laboratwa
305 South Street, Jamaica Plain, MA 02130

CHARLES D. BAKER
Gouvènè

KARYN E. POLITO
Lyetnan Gouvènè

Enfòmasyon ak Oryantayson pou Moun an Karantèn akòz COVID-19 la

MARYLOU SUDDERS
Sekretè

MONICA BHAREL, MD, MPH
Komisyone

Tel: 617-624-6000
www.mass.gov/dph

Ou oblije mete w an karantèn (mete w apa) pa rapòt ak zòt yo paske ou te ekspoze ak Nouvo Kowonaviris 2019 (SARS-CoV2) lan, viris la ki lakòz COVID-19. Si ou gen COVID-19, ou ta ka simaye li bay moun ki toupre w epi fè yo malad. Tanpri sonje ke moun ki te gen COVID-19 nan 90 jou ki sot pase yo (apatide jou sentòm yo parèt oswa jou premye tès ki pozitif la, si moun lan pa motnre okenn sentòm), EPI moun ki te resevwa swa 2 dòz vaksen Moderna oswa Pfizer COVID-19 yo oswa yonsèl dòz vaksen COVID-19 Janssen la, omwens 14 jou desa men mwens pase 90 jou desa, pa oblije mete tèt yo apa aprè yo te ekspoze ak viris la.

Viris la gaye atravè sekresyon respiratwa yo (mikèz ak ti gout ki soti nan touse, estènnye ak respire) yon moun ki enfekte. Anpil moun gen viris la san yo pa janm montre okenn sentòm; sepandan, li kapab lakòz maladi grav tankou nemoni (enfeksyon nan poumon), epi nan sèten ka ki pa rive souvan, lanmò. Si ou enfekte, li posib pou w simaye viris la bay zòt yo menmsi ou pa gen okenn sentòm.

Fèy enfòmasyon sa a ba w enfòmasyon sou sa pou w fè ak sa pou w pa fè pandan ou an karantèn. Si ou gen kesyon aprè ou fin li sa, ou kapab rele Konsèy Sante (Board of Health) lokal ou an oubyen Depatman Sante Piblik Massachusetts 24 sou 24, 7 jou sou 7 nan 617-983- 6800.

Pandan peryòd karantèn ou an, ou pa dwe kite vizitè antre lakay ou. Lòt moun yo ki rete lakay ou kapab kontinye fèaktivite nòmal yo si yo pa an kontak avèk ou, jan sa dekri anba la a, epi si yo pa t idantifye kòm yon kontak pwòch epi yo mete yo an karantèn. Si ou teste pozitif pou COVID-19 epi yon moun te vin an kontak avèk ou, moun sa a ap dwe plase an karantèn.

Konbyen tan ou dwe rete an Karantèn?

Peryòd enkibasyon posib pou COVID-19 la se toujou 14 jou menmsi pifò ka yo gen yon peryòd enkibasyon ki mwens pase 10 jou¹. W ap dwe rete an karantèn konfòmman ak youn nan opsyon karantèn ki anba la a:

¹ Baze sou done obsèvasyon ak done ki pibliye, ak travo modelizasyon resan Sant pou Kontwol ak Prevansyon Maladi (CDC) a te fè, si peryòd karantèn ki rakousi a debouche sou plis konfòmman ak retrasaj kontak ak adezyon nan rekòmandasyon karantèn yo, ti risk ki genyen pou yon moun vin gen COVID-19 a-aprè peryòd karantèn rakousi estrik la mwen enpòtan pase benefis yo prevwa nan rediksyon transmisyon akòz de ogmantasyon kowoperasyon an.

CHWA YO	KRITÈ YO	SIVEYANS AKTIV	RISK REZIDYÈL
7 jou karantèn estrik	<u>Egzeyat nan Jou 8 SI:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Yon tès (swa PCR oswa Abbott Binesor antijèn) nan Jou 5 oswa apres a negatif; EPI • Moun lan pa t montre okenn sentòm jiska nan moman sa a; EPI 	Moun lan dwe siveye aktivman sentòm yo epi pran tanperati li yon fwa pa jou. MENMSI sentòm lejè parèt oswa si moun lan gen yon tanperati 100.0 F, li dwe izole tèt li, kontakate otorite sante piblik la k ap kontwole karantèn yo epi fè tè la.	Anviwon 5% risk rezidyèl pou devlopman maladi a
10 jou karantèn estrik	<u>Egzeyat nan Jou 11 SI:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Moun lan pa t montre okenn sentòm jiska nan moman sa a; EPI • Moun lan fè siveyans aktiv jiska Jou 14. Tès pa nesèsè dapre opsyon sa a 		Anviwon 1% risk rezidyèl pou devlopman maladi a
14 jou karantèn estrik	<u>Egzeyat nan Jou 15 SI:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Moun lan te gen NENPÒT sentòm pandan peryòd karantèn la MENMSI yo gen yon tès COVID-19 ki negatif; OSWA 	Okenn siveyans adisyonèl pa nesèsè	Rediksyon risk maksimal

Pandan ou an karantè, ou ta dwe swiv enstriksyon sa yo:

1. Pa kite lakay ou eksepte pou swen medikal ki ijan. Si ou dwe kite lakay ou pou resevwa swen sante ann ijans, mete yon maks, tankou yon mask twal oubyen yon mask chirijikal, si gen youn ki disponib. Rele founisè swen sante a anvan ou ale epi di li ou an karantèn poutèt ou te ekspozè ak COVID-19 la. Pou pwoteje zòt yo, ou pa ta dwe pran transpò piblik, sèvis ko-vwatiraj (egzanp, Uber oswa Lyft), ni taksi pou rive nan klinik founisè swen sante w lan.
2. Mete yon mask, tankou yon mask twal oubyen yon mask chirijikal, si gen youn ki disponib, si ou dwe an kontak ak lòt moun. Kenbe yon distans 6 pye (2 mè) pa rapò ak zòt yo; lè sa pa posib, limite tan ou rete toupre moun a 5 minit oswa mwens..
3. Pa kite vizitè antre lakay ou.
4. Kenbe yon distans 6 pye (2 mè) pa rapò ak zòt moun lakay ou. Si sa absoliman nesèsè, mande yon moun ede w ei pa an kontak ak okenn lòt moun lakay ou. Mete yon mask, tankou yon mask twal oubyen yon mask chirijikal si gen youn ki disponib, lè ou nan menm pyès ak moun sa a. Anplisdesa, eseye kenbe yon distans 6 pye (2 mè) pa rapò ak zòt yo; lè sa pa posib, limite tan ou rete toupre moun a 5 minit oswa mwens.
5. Si sa posib, itilize yon chanm ak yon saldeben apa. Pa pataje sèvyèt oswa dra/lenn kabann ou ak lòt moun lakay ou. Si ou oblije sèvi ak yon twalèt lòt moun itilize, pa bliye swiye tout sifas ou men yo ak yon dezenfektan aprè chak fwa.

6. Pa pataje kouto/fouchèt asyèt ni okenn vè pou bwè ak pèsòn. Lave tout bagay yo nan yon machin a lave vesèl oswa alamen ak dlo tyèd epi savon.
7. Kouvri bouch ak nen ou ak yon klinèks lè w ap touse oswa estènye epi jete klinèks la nan yon kontènè ki pwoteje ak yon sak plastik. Apresa lave men ou.
8. Lave men ou souvan avèsavon epi dlo pandan omwen 20 segonn chak fwa ou lave yo. Si pa gen savon ak dlo, itilize dezenfektan ki baze ak alkòl ki gen omwen 60% alkòl.

Nenpòt moun ou antre an kontak avèk li (sa ki gen ladann nenpòt moun lakay ou) ta dwe::

1. Lave men yo souvan ak savon epi dlo pandan omwen 20 segonn. Si savon ak dlo pa disponib, yo ta dwe itilize yon dezenfektan ki baze ak alkòl ki gen ladann omwen 60% alkòl.
2. Mete yon mask, tankou yon mask twal oubyen yon mask chirijikal, si gen youn ki disponib. Yo ta dwe fè atansyon pou manyen sèlman pati mask la ki pase deyè zòrèy yo oswa deyè tèt la. Pa manyen devan mask la. To ta dwe lave men yo touswit aprè yo fin retire mask la. Epitou, yo ta dwe kenbe yon distans 6 pye (2 mè) de ou; lè sa pa posib, limite tan yo toupre w a 5 minit oswa mwens.
3. Mete gan ki jetab si yo dwe gen kontak dirèk ak likid kò w (saliv/kracha, mikèz, pipi, tata, vomi) oubyen si yo manyen rad ki sal ou yo. Retire gan yo avèk prekosyon san yo pa manyen deyò gan yo, jete jan yo epi lave men yo ak savon epi dlo oubyen ak yon dezenfektan (rub) ki baze ak lakòl.

Nenpòt ou dwe antre an kontak avèk li (moun lakay ou tou) ta dwe rete veyatif pou sante yo pi siveye tèt yo si yo gen::

- lafyèv (tanperati kiplis pase 100.0 degre). Yo ta dwe pran tanperati yo lematen ak leswa;
- lòt sentòm tankou tous, difikilte pou respire, souf ki kout, swe frèt, doule nan misk oswa nan kò, fatig, gòj fè mal, maltèt, konjesyon oubyen nen k ap koule, nouvo aparasyon pèt sant oswa gou, kèplen oswa dyare.

Si nenpòt ou te antre an kontak avèk yo gen lèlkeswa nan sentòm sa yo, yo ta dwe [fè tès la](#) epi rete lakay yo pandan y ap tann rezilta a. Si yo bezwen jwenn swen medikal, yo ta dwe rele founisè swen sante yo anvan yo ale epi di yo yo te ka te ekspoze ak COVID-19 la.

Lòt konsèy pou anpeche jèm ou yo pa simaye:

1. Ou ta dwe mete gan jetab, klinèks, mask ou yo ansanm ak lòt dechè yo nan yon sak, mare l sèk epi mete li nan poubèl fatra kay la.
2. Rad sal ou yo kapab fèt nan yon machin lesiv nòmal avèk dlo tyèd epi detèjan. Ou ka itilize blitch men sa pa nesèsè. Pa sekwe rad ki sal yo.
3. Sifas nan kay la ou manyen oswa ki vin sal ak likid kò w (saliv/kracha, mikèz, pipi, tata, vomi) ta dwe netwaye epi dezenfekte ak yon dezenfektan pou kay konfòmeman ak sa ki ekri sou etikèt la. Mete gan pandan w ap netwaye.
4. Saldeben w lan ta dwe netwaye chak jou grasa yon dezenfektan pou kay, konfòmeman ak sa ki make sou etikèt la. Mete gan pandan w ap netwaye.

Ou gen kesyon?

Tanpri rele founisèswen sante w lan, konsèy sante lokal ou an oswa Depatman Sante Piblik Massachusetts si ou gen nenpòt kesyon.

1. Founisè swne sante w lan

Non: _____

Nimewo telefòn: _____ OSWA

2. Konsèy sante lokal ou an (Minisipalite/Vil)

Minisipalite oswa Vil: _____

Moun pou kontakte: _____

Nimewo telefòn: _____ OSWA

3. The Depatman Sante Piblik Massachusetts

Epidemyolojis ki degad la

Telefòn: (617) 983-6800 (7 jou sou 7/24è sou 24)

Mèsi pou kowoperasyon aktiv ou pou kenbe tèt ou, fanmi w ak kominote w lan an sante ak an sekirite.

Dat yo remèt li bay moun ki an karantèn la: _____

Moun ki remèt li (non li): _____

Nenpòt lòt enstriksyon espesifik gendwa ekri isit oswa tache li ak fèy adisyonèl (make isit si gen atachman ak fèy adisyonèl):