

## COVID-19: Konprann Karantèn ak Izòlman

Tablo sa a bay yon rezime sou karantèn ak izòlman akòz COVID-19 la. Gade anba la a pou ou jwenn plis enfòmasyon.

	Karantèn	Izòlman
Kisa sa vle di?	Rete lakay ou, siveye sante ou epi rete yon kote apa an tout sekirite pou ou pa melanje ak lòt moun yo apre ou te ekspoze resaman ak yon moun ki genyen COVID-19.	Rete lakay ou, siveye sante ou epi rete yon kote apa an tout sekirite pou ou pa melanje ak lòt moun yo lè ou genyen COVID-19 oswa sentòm COVID-19 yo.
Kimoun ki bezwen fè sa?	Moun ki te nan kontak pwòch ak yon moun ki genyen COVID-19.	Moun yo konfime ki genyen COVID-19 (rezilta tèst dyagnostik resan ki pozitif) oswa ki genyen <a href="#">sentòm</a> COVID-19 yo.
Poukisa mwen ta dwe fè sa?	Si ou toupre yon moun ki genyen COVID-19, ou gen plis chans genyen li. Rete lakay ou kapab anpeche pwopaje an bay lòt moun. Ou ka genyen epi pou ka pwopaje COVID-19 menm si ou pa gen sentòm yo.	Rete lakay ou kapab anpeche pwopagasyon COVID-19 bay lòt moun yo. Ou ka pwopaje COVID-19 menm si ou pa gen sentòm yo.
Ki kote mwen ta dwe rete?	Lakay oswa yon <a href="#">otèl Take Care</a> gratis.	Lakay ou, yon etablisman swen sante oswa nan yon <a href="#">otèl Take Care</a> gratis.
Èske mwen ta dwe fè tèst pou COVID-19?	Wi. Ou ta dwe <a href="#">fè tèst</a> sòf si ou vaksinen konplètman kont COVID-19.	Si ou gen sentòm yo epi ou pa te fè tèst, <a href="#">al fè tèst</a> la touswit. Rete izole pandan ou ap tann rezilta tèst ou yo.
Èske mwen ta dwe chèche swen medikal?	Ou ta dwe pran tanperati kò ou de (2) fwa pa jou epi siveye pou lòt sentòm yo. Kontakte pwofesyonèl swen sante ou si ou devlope sentòm yo oswa si ou se yon granmoun aje, oswa si ou genyen yon pwoblèm sante ki mete ou anba <a href="#">risk anplis pou COVID-19 grav</a> . <a href="#">Ale lopital oswa rele 911</a> si ou gen pwoblèm pou ou respire oswa yon lòt ijans medikal.	Wi. Ou ta dwe pran tanperati kò ou de (2) fwa pa jou epi siveye pou lòt sentòm yo. Kontakte pwofesyonèl swen sante ou pou fè li konnen rezilta tèst ou a pozitif oswa sou sentòm ou yo epi pou diskite sou opsyon pou tretman yo (konsilte anba la a). <a href="#">Ale lopital oswa rele 911</a> si ou gen pwoblèm pou ou respire oswa yon lòt ijans medikal.
Kijan pou mwen pwoteje lòt manm fwaye mwen?	Evite kontak nan mezi sa posib. Toujou rete nan yon distans 6 pye de lòt moun, pote yon kouvèti pou figi chak fwa ou pa pou kont ou nan yon chanm, epi netwaye ak dezenfekte lakay ou souvan (gade anba la a pou ou jwenn detay yo).	Evite kontak nan mezi sa posib. Toujou rete nan yon distans 6 pye de lòt moun, pote yon kouvèti pou figi chak fwa ou pa pou kont ou nan yon chanm, epi netwaye ak dezenfekte lakay ou souvan (gade anba la a pou ou jwenn detay yo).
Èske mwen ka ale lekòl?	Non (aprantisaj adistans sèlman).	Non (aprantisaj adistans sèlman).
Èske mwen ka ale nan travay?	Non, sof kèk travayè esansyèl ki gendwa kapab al travay (gade anba la a pou w jwenn detay yo).	Non.
E si mwen pran vaksen an?	Ou pa bezwen fè karantèn si ou vaksinen.	Ou bezwen izole tèt ou si ou genyen sentòm COVID-19 yo oswa si ou teste pozitif pou COVID-19, menm si ou vaksinen konplètman.
Ki kote yo otorize m ale?	Pou ou al pran swen medikal esansyèl yo (ki gen ladan al fè tèst) ak bezwen debaz yo, tankou al fè pwovizyon, si ou pa gen okenn lòt fason pou	Pou ou al pran swen medikal esansyèl yo (ki gen ladan al fè tèst) ak bezwen debaz yo, tankou al fè pwovizyon, si ou pa gen okenn lòt fason pou

	jwenn yo (gade anba la a pou ou jwenn prekosyon ou ta dwe pran yo).	jwenn yo (gade anba la a pou ou jwenn prekosyon ou ta dwe pran yo).
Pandan konbyen tan?	10 jou apre dènye kontak ou avèk moun lan ki te genyen COVID-19.	Pandan omwen 10 jou apati lè sentòm ou yo te kòmanse oswa, si ou pa te genyen sentòm yo, 10 jou apati lè ou te teste a (gade anba la a pou ou jwenn tout kritè pou izòlman yo).

### **Kesyon Moun Poze Souvan yo: Karantèn**

#### **Kijan yo defini kontak pwòch?**

Yon kontak pwòch se yon moun ki te nan yon distans 6 pye pandan omwen 10 minit pandan yon peryòd 24 èdtan ak yon moun ki genyen COVID-19. Nan pifò ka yo, tout moun ki ap viv avèk yon moun ki genyen COVID-19 se kontak pwòch. Kontak pwòch yo gendwa gen ladan tou èd swen sante adomisil yo, kòlèg travay yo, kamarad lekòl yo, oswa zanmi oswa fanmi ke ou te pase tan avèk yo.

#### **Kijan mwen ap konnen dat karantèn mwen an ap fini?**

Si ou se yon kontak pwòch, ou dwe fè karantèn pandan 10 jou apati dènye kontak pwòch ou te gen ak moun ki genyen COVID-19 la. Anplwayè ou a gendwa egziye ou pa vin nan travay pou yon peryòd tan ki diferan baze sou egzijans Eta New York (NYS) pou endistri presi yo. Si ou devlope sentòm COVID-19 yo oswa si ou teste pozitif pandan ou an karantèn lan, ou ta dwe fè tès epi kòmanse izòlman.

#### **Si mwen teste negatif pou COVID-19, èske mwen kapab sispann karantèn lan pi bonè?**

Non, ou pa kapab mete fen nan karantèn lan bonè avèk yo rezilta tès negatif. Li posib ke ou te teste negatif paske ou potko devlope sentòm COVID-19 yo nan moman ou te fè tès la. Sa ka pran plizyè jou pou ou devlope COVID-19 apati lè ou te ekspoze a.

#### **Si mwen pran vaksen kont COVID-19 la epi ou te ekspoze ak yon moun ki genyen COVID-19, èske mwen toujou bezwen fè karantèn?**

Moun ki vaksinen konplètman kont COVID-19 epi ki te ekspoze ak yon moun ki genyen COVID-19 pa bezwen fè karantèn, toutotan yo pa gen okenn sentòm COVID-19 yo apre ekspozisyon yo a. **Vaksinen konplètman vle di** de (2) semèn apre ou fin resevwa dezyèm dòz yon vaksen ki mande pou ou pran de dòz (tankou vaksen Pfizer-BioNTech oswa Moderna) oswa de semèn apre ou fin resevwa yon vaksen ki mande pou ou pran yon sèl dòz (tankou vaksen Johnson & Johnson/Janssen lan).

#### **Si mwen teste pozitif pou antikò yo, èske mwen toujou bezwen fè karantèn si mwen se yon kontak pwòch?**

Wi. Nan NYS, karantèn toujou obligatwa menm si ou teste pozitif pou antikò yo.

#### **Si mwen te genyen COVID-19 avan, èske mwen toujou bezwen fè karantèn?**

Moun ki te gen COVID-19 nan lespas twa (3) mwa ki sot pase yo (tès dyagnostik pozitif) epi yo te geri epi yo te ekspoze ak yon moun ki gen COVID-19 pa bezwen fè karantèn oswa refè tès pou COVID-19 la pandan twa mwa apre maladi yo a, depi yo pa gen sentòm COVID-19 apre ekspozisyon yo a. Yo mezire twa (3) mwa sa a apati dat yon moun te premye gen sentòm COVID-19 la yo oswa, si yo pa gen sentòm yo, apati dat yo te premye teste pozitif la. Si gen plis pase twa mwa ki te pase depi yon moun te gen COVID-19, eksepsyon sa a pa aplike, epi moun lan dwe swiv egzijans karantèn regilye yo.

### **Kimoun ki dwe fè karantèn akòz vwayaj?**

Karantèn vwayaj pa obligatwa ankò nan NYS; sepandan, yo toujou rekòmande tès apre vwayaj ak karantèn pou kèk vwayajè. Yo gendwa egzije karantèn nan kèk anviwònman, tankou etablisman moun viv an gwoup yo. Kèk travayè, tankou travayè swen sante yo, genyen règleman ki pi estrik pou yo retounen travay apre yo te vwayaje. Pou pli enfòmasyon, vizite sitwèb Avètisman pou Vwayaj NYS la nan [coronavirus.health.ny.gov/covid-19-travel-advisory](https://coronavirus.health.ny.gov/covid-19-travel-advisory).

### **Kimoun ki kapab ale nan travay pandan li an karantèn akòz vwayaj la?**

Kontak pwòch ki se travayè esansyèl yo, jan [NYS defini](#) li a, gendwa ale nan travay pandan yo an karantèn nan deseri sikonstans limite. Si ou panse sa aplike pou oumenm, kontakte anplwayè ou a paske genyen etap presi yo dwe swiv. Moun yo otorize travay pandan karantèn lan yo dwe swiv egzijans anplis tankou pote yon kouvèti pou figi toutan pandan yo nan travay la epi pou yo fè karantèn lè yo pa nan travay.

### **Yo te di yon moun lakay mwen li dwe fè karantèn akòz yon ekspozisyon deyò lakay la (tankou lekòl oswa travay). Èske sa vle di mwen dwe fè karantèn tou?**

Non. Antankte kontak yon kontak, ou pa bezwen fè karantèn. Ou ta dwe siveye tèt ou depre pou sentòm yo epi evite kontak pwòch avèk moun ki nan karantèn lan, paske li posib ke li genyen COVID-19 epi li pa konnen sa. Si moun lakay ou a devlope COVID-19, pral gen chans pou ou se yon kontak pwòch epi ou pral bezwen fè karantèn.

### **Kesyon Moun Poze Souvan yo: Izòlman**

#### **Kijan mwen ap konnen dat peryòd izòlman mwen an ap fini?**

Si ou genyen sentòm COVID-19 yo epi swa ou te teste pozitif pou COVID-19 oswa ou pa te al fè tès, ou kapab kite lakay ou lè **tout** sa ki annapre yo vrè:

- Gen omwen 10 jou ki te pase depi sentòm ou yo te kòmanse.
- Ou pa te genyen lafyèv pandan 24 èdtan avan yo san ou pa te itilize medikaman pou redwi lafyèv.
- Globalman, maladi ou a te amelyore.

Si ou pa te janm genyen sentòm yo men ou te teste pozitif, rete lakay ou pandan 10 jou apati dat ou te fè tès la.

Doktè ou gendwa rekòmande yon peryòd izòlman ki pi long akòz pwoblèm sante ou te genyen avan yo oswa baze sou evolisyon maladi ou a. Epiou, anplwayè ou a gendwa egzije ou pa vin nan travay pou yon peryòd tan ki diferan baze sou egzijans NYS preskri yo pou endistri presi yo.

Yo pa konsidere ou kòm kontajye ankò nan fen peryòd izòlman an. Ou pa bezwen montre yon rezilta tès negatif pou fini izòlman an. Li posib pou ou genyen COVID-19 ankò, kidonk li enpòtan pou ou kontinye kenbe distans fizik, pote yon kouvèti pou figi ak pratike ijyèn men pwòp lè ou deyò lakay ou.

#### **Si mwen teste negatif pou COVID-19, èske mwen toujou bezwen izole tèt mwen?**

Si ou gen sentòm yo, ou dwe izole tèt ou pandan ou ap tann rezilta tès ou. Si rezilta tès ou a konfime ou genyen COVID-19, ou dwe rete izole pandan tout peryòd izòlman yo dekri anwo a. Si yo poko

konfime ou genyen COVID-19 epi ou teste negatif atravè yon tèst dyagnostik molekilè, ou kapab sispann izole tèt ou si ou pa te genyen lafyè nan 24 èdtan ki sot pase yo san ou pa itilize medikaman pou redwi lafyè yo. Si ou teste negatif atravè yon tèst antijèn oswa antikò, ou dwe kontinye izole tèt ou.

Pou ou aprann plis sou diferan kalite tèst pou COVID-19 yo, konsilte [Tès COVID-19: Kesyon Moun Poze Souvan](#) yo. Si ou pa sèten ki kalite tèst ou te fè, verifye avèk pwofesyonèl swen sante ou.

### **Si mwen te genyen COVID-19 avan epi mwen teste pozitif ankò, èske mwen toujou bezwen izole tèt mwen?**

Si yo te konfime ou genyen COVID-19 (tès dyagnostik pozitif) nan twa (3) mwa ki sot pase la yo, ou pa bezwen izole tèt ou ankò si ou toujou pa gen sentòm yo men ou genyen yon lòt tèst pozitif pou COVID-19. Sa konsa paske anpil moun ki te genyen tèst pozitif pou COVID-19 teste pozitif pandan plizyè semèn oswa menm plizyè mwa apre enfeksyon an, men yo pa kontajye ankò. Sepandan, si ou devlope sentòm yo apre ou te fin refè anba COVID-19, ou ta dwe kontakte pwofesyonèl swen sante ou. Li posib pou ou genyen COVID-19 ankò.

### **Si mwen te pran vaksen kont COVID-19 la, èske mwen toujou bezwen izole tèt mwen?**

Wi. Si ou gen sentòm COVID-19 yo, ou dwe chèche fè tèst dyagnostik epi izole tèt ou.

### **Èske mwen dwe chèche swen medikal si mwen genyen sentòm yo oswa si mwen teste pozitif pou COVID-19?**

Ou ta dwe kontakte pwofesyonèl swen sante ou pou ou fè yon konnen ou genyen sentòm yo oswa ou genyen rezilta tèst pozitif. Sa espesyalman enpòtan si ou se yon granmoun aje, si ou ansent, oswa si ou genyen pwoblèm sante ki fè ou gen plis risk pou ou gen maladi COVID-19 grav. Itilize yon telefòn oswa telemedsin lè sa posib. Si ou genyen pwoblèm pou ou respire oswa yon lòt ijans medikal, rele **911** oswa ale nan yon lopital ki toupre a.

Moun ki anba risk pou maladi COVID-19 grav ki te teste pozitif pou COVID-19 gendwa elijib pou tretman antikò monoklonal. Tretman antikò monoklonal kapab bese kantite viris nan kò ou, redui sentòm yo ak ede ou evite yon vwayaj nan lopital. Li pi efikas lè ou resevwa li bonè apre sentòm COVID-19 yo kòmanse, kidonk li enpòtan pou ou fè tèst touswit. Pou plis enfòmasyon, gen ladan sou kote pou ou jwenn tretman, konsilte [Tretman Antikò Monoklonal pou COVID-19](#).

### **E si mwen pa genyen yon pwofesyonèl swen sante oswa asirans sante?**

Si ou bezwen yon pwofesyonèl swen sante, NYC Health + Hospitals ap resevwa tout Nouyòkè, kèlkeswa sitiwayon imigrasyon oswa kapasite pou peye yo. Vizite [nychealthandhospitals.org](https://nychealthandhospitals.org) pou plis enfòmasyon ak pou chèche yon pwofesyonèl swen sante, oswa rele 844-692-4692 oswa **311**. Plizyè etablisman pasyan ekstèn NYC Health + Hospitals yo ofri tretman antikò monoklonal.

### **Kòman pou ou Rete an Karantèn ak Izole tèt ou San Danje**

### **Kijan pou mwen siveye sante mwen pandan mwen nan izòlman oswa an karantèn?**

Ou ta dwe pran tanperati kò ou de (2) fwa pa jou epi siveye pou si ou gen sentòm yo tankou souf kout, tous, ak vin pa ka pran gou oswa sant ankò. Si ou genyen yon aparèy pou mezire oksijèn nan pwent dwèt ou (oksimèt pou batman kè) ou kapab itilize sa tou (gade [la a](#) pou ou jwenn enstriksyon yo). Ou ta dwe fè tès pou COVID-19 si ou pa te deja fè sa.

Rele pwofesyonèl swen sante ou si ou devlope sentòm yo oswa si sentòm ou yo vin pi mal. Si se yon ijans medikal, rele **911** oswa ale nan yon lopital toupre.

### **Kisa mwen ka fè pou m pwoteje lòt moun lakay mwen yo pandan karantèn oswa izòlman?**

- **Kreye distans fizik.** Rete nan yon distans omwen 6 pye de lòt moun yo. Rete nan yon chanm apa, si sa posib. Dòmi tèt ak ke si ou nan menm kabann ak yon moun oswa fè yon moun dòmi sou kanape a. Kenbe distans ant chèz ak lòt mèb yo pou kenbe distans fizik. Fè moun ki malad yo rete apa pou yo pa melanje ak lòt moun, espesyalman sila yo ki gen risk vin gen maladi grav yo. Pa fè vizitè vini lakay ou.
- **Kouvri.** Pote yon kouvèti pou figi toutan sòf si ou pou kont ou nan yon chanm apa; ou dwe pote yon kouvèti pou figi tou lè ou bò kote bèt domestik yo. Lòt manm fwaye yo dwe pote yon kouvèti pou figi tou lè yo nan menm chanm avèk ou.
- **Kenbe tout bagay pwòp.** Jete mouchwa papye yo nan poubèl kou ou fin sèvi avèk yo. Lave men ou souvan avèk savon ak dlo pandan 20 segonn, sitou lè ou fin touse oswa etènye. Sèvi avèk dezenfektan pou men a baz alkòl si ou pa kapab lave men ou. Netwaye sifas ou manyen yo tankou manch pòt, entèripte, manch wobinè, telefòn, ak rimòt yo souvan, avèk yon esprey oswa lenjèt pou netwayaj menaje yo. Lave sèvyèt debèn, ti lèn, dra, ak rad yo nan dlo ki pi cho posib avèk detèjan ou abitye itilize a epi kite yo byen seche nèt. Pa pataje vè, gode, asyèt oswa istansil ak lòt moun epi lave yo chak fwa ou fin sèvi avèk yo. Pa pataje manje.
- **Rete nan yon otèl Take Care.** NYC Test & Trace Corps pral asire ke nenpòt moun ki teste pozitif pou COVID-19 ak kontak pwòch yo ap gen resous yo bezwen pou yo rete apa nan yon otèl san danje, gratis, oswa lakay yo pou ede anpeche pwopagasyon viris la. NYC Test & Trace Corps ka bay referans pou pwogram otèl la oswa nenpòt moun ka rele 212-268-4319 pou yo rezève yon chanm. Pou plis enfòmasyon sou otèl Take Care, vizite [nychealthandhospitals.org/test-and-trace/take-care](https://nychealthandhospitals.org/test-and-trace/take-care).

### **E si mwen dwe kite lakay mwen padan mwen nan karantèn oswa izòlman pou m al pran swen oswa materyèl medikal ki esansyèl yo?**

Si ou bezwen kite lakay ou:

- Pote yon kouvèti pou figi epi rete nan yon distans omwen 6 pye de lòt moun yo.
- Lave men ou avèk savon ak dlo avan ou sòti epi itilize yon dezenfektan pou men abaz alkòl pandan ou deyò.
- Evite lòt moun toutotan sa posib — mache si ou kapab epi pa antre nan magazen oswa transpò ki gen twòp moun.

### **Èske mwen ka genyen konje peye nan travay mwen pou izòlman oswa karantèn?**

Kontakte anplwayè ou pou kesyon sou politik konje yo a. Ou gendwa kalifye pou konje peye anba Lwa sou Konje Peye pou Fanmi NYS (NYS Paid Family Leave Act) la, ki aplike pou karantèn ak izòlman, gen

ladan rete lakay pou pran swen yon timoun ki minè ki dwe izole tèt li oswa fè karantèn. Vizite [paidfamilyleave.ny.gov/covid19](https://paidfamilyleave.ny.gov/covid19) pou ou jwenn plis enfòmasyon.

**Resous Anplis:**

- Pou ou jwenn enfòmasyon sou COVID-19, vizite [nyc.gov/health/coronavirus](https://nyc.gov/health/coronavirus) ak [cdc.gov/coronavirus](https://cdc.gov/coronavirus).
- Pou ou jwenn enfòmasyon sou vaksinasyon kont COVID-19, vizite [nyc.gov/covidvaccine](https://nyc.gov/covidvaccine).
- Pou jwenn yon sit tès, vizite [nyc.gov/covidtest](https://nyc.gov/covidtest). Anpil sit yo ofri tès gratis.
- Si ou bezwen yon pwofesyonèl swen sante, rele 844-692-4692.
- Pou ou rezève yon otèl pou COVID-19, vizite [Take Care](#) oswa rele 212-268-4319.
- Si ou genyen kesyon, rele **311** oswa 212-268-4319.

**Depatman Sante NYC a gendwa chanje rekòmandasyon yo pandan sitiyasyon an ap evolye.**

4.21.21