

# ผู้สัมผัสใกล้ชิด (CLOSE CONTACTS)

ท่านได้สัมผัสกับผู้ที่ยืนยันติดเชื้อ COVID-19 หรือได้ ไปอยู่ในสถานที่เดียวกัน (สถานที่เสี่ยงที่ผู้ติดเชื้อเคยไป หรือ Location of Interest) กับผู้ที่ติดเชื้อนั้นและถือว่าท่านมีความเสี่ยงสูง ท่านจึงจำเป็นต้องปฏิบัติตามดังต่อไปนี้

## ต้องมีการกักตนเองหรือไม่?

### ใช่

ให้กักตนเองอยู่ ในบ้านทันที หรือกักตัวอยู่ในสถานกักตัวของรัฐนานอย่างน้อย 14 วัน

การนับจำนวนวัน 14 วันของท่าน จะเริ่มตั้งแต่หลังจากวันที่ท่านได้อยู่ใกล้กับผู้ที่ติดเชื้อ COVID-19

หมายความว่าท่านไม่สามารถออกไปทำงานหรือไปออกกำลังกาย ให้ท่านซื้อข้าวของแบบออนไลน์หรือให้คนในครอบครัว/เพื่อนฝูงนำอาหารหรือยามาให้ท่าน

หากท่านอาศัยอยู่กับบุคคลที่ติดเชื้อ COVID-19 การแยกกักตนเอง ของท่านจะเริ่มนับตั้งแต่หลังจากวันที่บุคคลผู้นั้นออกไปจากครัวเรือน (เช่น ออกไปอยู่ในสถานกักกันที่รัฐจัดให้) หรือหายจากการติดเชื้อ COVID-19

บางครั้งผู้สัมผัสใกล้ชิดจะได้รับ การขอให้ย้ายไปอยู่ที่สถานที่กักกันที่รัฐจัดให้เพื่อให้ท่านแยกกักตนเอง วิธีการนี้เป็นการป้องกันให้แก่ผู้คนที่ร่วมอาศัยอยู่ด้วย

มีความช่วยเหลือทางการเงินสำหรับผู้ที่ไม่จำเป็นต้องแยกกักตนเองอันเนื่องมาจากสถานการณ์ COVID-19

## ต้องไปรับการตรวจหาเชื้อหรือไม่?

การตรวจหาเชื้อเป็นบริการฟรี

### ใช่

ท่านจำเป็นต้องไปรับการตรวจหาเชื้อโดยทันที จากนั้นท่านจะต้องไปตรวจหาเชื้อใหม่อีกในวันที่ 5 และอีกครั้งหนึ่งในวันที่ 12 หลังจากวันที่ท่านได้อยู่ใกล้ผู้ที่ติดเชื้อ COVID-19

ท่านจะต้องได้รับการตรวจหาเชื้ออย่างน้อยสามครั้งคือ

- โดยทันที และ
- ห้า (5) วัน หลังจากล่าสุดที่ท่านได้อยู่ใกล้กับผู้ที่ติดเชื้อ COVID-19 และ
- สิบสอง (12) วัน หลังจากล่าสุดที่ท่านได้อยู่ใกล้กับผู้ที่ติดเชื้อ COVID-19

บางครั้งอาจจำเป็นต้องมีการตรวจหาเชื้อเพิ่มเติมอีก ตัวอย่าง เช่น ในกรณีที่ท่านเริ่มมีอาการจากเชื้อ COVID-19 เจ้าหน้าที่สาธารณสุขจะแจ้งให้ท่านทราบถึงเวลาที่ท่านจะต้องไปรับการตรวจหาเชื้อ

ผลการตรวจเป็นบวก แสดงว่าท่านติดเชื้อ COVID-19 (เจ้าหน้าที่สาธารณสุขจะโทรไปแจ้งให้ท่านทราบ)

แม้ว่าผลการตรวจหาเชื้อของท่านจะเป็นลบ แต่ท่านยังต้องแยกกักตนเองไปจนกว่าเจ้าหน้าที่สาธารณสุขจะแจ้งให้ทราบว่าท่านสามารถออกจากบ้านได้แล้ว

สำหรับข้อมูลเกี่ยวกับศูนย์ตรวจหาเชื้อ ท่านสามารถโทรสอบถามได้ที่ Healthline หมายเลข (0800 358 5453) หรือไปเยี่ยมชมเว็บไซต์ที่ [healthpoint.co.nz/covid-19](http://healthpoint.co.nz/covid-19)

## คอยดูว่ามีอาการหรือไม่?

### ใช่

สำหรับช่วงระยะเวลา 14 วันหลังจากที่ท่านได้อยู่ใกล้กับผู้ที่ติดเชื้อ COVID-19

อาการ COVID-19 อาจประกอบด้วยอาการอย่างน้อยหนึ่งอย่างต่อไปนี้: อาการไอที่เกิดขึ้นใหม่หรืออาการไอที่แย่งลง มีไข้ หายใจลำบาก เจ็บคอ น้ำมูกไหล การสูญเสียการได้กลิ่น/ได้รสชาติชั่วคราว

บางคนอาจมีอาการต่อไปนี้ด้วยได้แก่ ท้องร่วง ปวดศีรษะ ปวดกล้ามเนื้อ คลื่นไส้ สับสน หงุดหงิด

เจ้าหน้าที่สาธารณสุขจะติดต่อถึงท่านเป็นประจำ เพื่อตรวจสอบสุขภาพและความเป็นอยู่ที่ดีของท่าน ขอให้ท่านแจ้งผู้ที่ติดต่อนั้นถึงอาการใดๆ ที่เกิดขึ้นกับท่าน

หากท่านมีอาการบางอย่าง แม้ว่าท่านได้รับการตรวจเป็นลบหรือก็ตาม ท่านจะต้องปฏิบัติตามนี้

- ไปรับการตรวจหาเชื้ออีกครั้งหนึ่งทันที และ
- จะยังคงต้องกักตนเองให้ครบระยะเวลาอย่างน้อย 14 วัน ถึงแม้ว่าผลการตรวจหาเชื้อของท่านจะเป็นลบอีกก็ตาม

## ผู้คนที่ท่านอาศัยอยู่ร่วมกัน ต้องปฏิบัติอย่างไรหรือไม่?

### ใช่

คนเหล่านี้จำเป็นต้องอยู่กับบ้านนานอย่างน้อย 5 วัน

สมาชิกในครอบครัว\*ทั้งหมดจะต้องอยู่กับบ้านจนกระทั่งบุคคลที่ได้ ไปยังสถานที่เสี่ยงที่ผู้ติดเชื้อเคยไปนั้นมีการตรวจหาเชื้อในวันที่ 5 กลับคืนมาเป็นลบ

นี่หมายความว่าสมาชิกในครอบครัวทั้งหมดไม่สามารถออกไปจากบ้านไม่ว่าจะด้วยเหตุผลใดก็ตาม ในระหว่างเวลานี้ขอให้เพื่อนฝูงหรือสมาชิกในครอบครัวคนอื่นนำอาหารหรือยามาวางไว้ให้ท่านที่ประตูหน้าบ้านหรือให้ท่านหาซื้อข้าวของแบบออนไลน์แทน

สมาชิกในครอบครัวไม่จำเป็นต้องไปรับการตรวจหาเชื้อ ยกเว้นว่าคนเหล่านั้นเริ่มมีอาการหรือได้รับการร้องขอจากเจ้าหน้าที่สาธารณสุข

\*อาจไม่เข้าข่ายในกรณีที่ท่านเป็นเจ้าหน้าที่ดูแลสุขภาพ กรุณาตรวจสอบกับสายด่วน Healthline

ให้กักตัวเองไปจนกระทั่งเจ้าหน้าที่สาธารณสุขอนุญาตให้ท่านออกไปได้

โทรไปหา Healthline ถ้าท่านมีอาการ หรือถ้าท่านต้องการคำแนะนำ ที่หมายเลข 0800 358 5453 หากท่านหายใจลำบาก ให้โทรเรียกรถพยาบาลที่หมายเลข 111