

얼마나 집에 머물러야 하나요?

확진자 격리 및 자가 격리 지침



2022년 1월 11일 업데이트됨

자가 격리 및 확진자 격리 지침은 데이터, 백신 접종 면역/자연 면역의 지속 기간, 전염성 지속 기간 등에 관한 정보의 축적에 따라 계속 변경됩니다. [데이터](#)에 의하면 백신 접종 면역/자연 면역 모두 시간이 지나면서 약화합니다.

격리 지침은 [귀하의 COVID-19 백신 접종 최신 상태](#) 여부에 따라 결정됩니다. COVID-19 백신 접종 최신 상태는 권장 백신 접종 및 권장 부스터 샷 접종이 모두 포함됩니다. 데이터에 의하면 부스터 샷은 오미크론 감염 예방에 매우 효과적입니다. 백신 접종 면역/자연 면역의 지속 기간에 관한 데이터 축적에 따라 자가 격리 및 확진자 격리 지침을 계속 업데이트하겠습니다.

확진자 격리는 COVID-19 양성 판정이나 증상이 있는 사람에게 해당합니다. 자가 격리는 COVID-19에 노출된 사람에게 해당합니다.

18세 이상이고 COVID-19 양성 판정이 나오면

면역 저하 상태입니까?	며칠간 집에 머물러 있어야 하나요?
아니요, 면역 저하 상태가 아닙니다.	양성 판정 후 5일. 5일 후에도 아프거나 증상이 있으면, 호전될 때까지 집에 머물러 주십시오.
예, 면역 저하 상태이거나 COVID-19 증상이 매우 심각(입원, 중환자실, 인공호흡기 사용 등)했습니다.	면역 저하 상태이면, 다른 사람보다 전염 기간이 더 장기간일 수 있습니다. 10~20일간(또는 이상) 집에 머물러 있어야 합니다. COVID-19 증상이 매우 심각하거나 면역 저하 상태라면, 의사와 상담해서 언제 전염성이 없어지는지 확인합니다.

자녀가 COVID-19 양성 판정을 받으면

자녀가 면역 저하 상태입니까?	우리 아이는 며칠간 집에 머물러 있어야 합니까?
아니요, 우리 아이는 면역 저하 상태가 아닙니다.	자녀의 양성 판정 후 5일. 자녀가 5일 후에도 아프거나 증상이 있으면, 호전될 때까지 집에 머물러 있어야 합니다.
예, 우리 아이는 면역 저하 상태이거나 COVID-19 증상이 매우 심각(입원, 중환자실, 인공호흡기 사용 등)했습니다.	자녀가 면역 저하 상태이면, 다른 사람보다 전염 기간이 더 장기간일 수 있습니다. 자녀는 10~20일간(또는 이상) 집에 머물러 있어야 합니다. 자녀가 COVID-19 증상이 매우 심각하거나 면역 저하 상태라면, 의사와 상담해서 자녀의 전염성이 언제 없어지는지 확인합니다.

양성 판정 후에 취해야 할 추가 조치가 있습니까?

- 집에서 확진자 격리가 종료된 후 5일간 더 공공장소나 주변에 사람이 있으면 [마스크를 제대로](#) 착용합니다.
- 귀하와 밀접 접촉한 사람 모두에게 COVID-19 감염 위험을 알려 주십시오. 해당하는 사람은 검사를 받아야 하며 [자가 격리](#)해야 할 수도 있습니다.
- 집에서 격리할 수 있도록 음식 등의 긴급한 도움 또는 임대료나 공과금 관련 도움이 필요하면 2-1-1로 연락합니다.
- COVID-19 중증화 고위험군을 대상으로 하는 [치료](#) 방식이 있습니다. 자신에게 가장 적합한 치료에 대해 의사와 상담합니다.
- 증상이 악화하거나 치료가 필요하다고 느끼면 즉시 의사에게 연락하거나 진료를 받아야 합니다.

질병예방통제센터(CDC)에서는 5세 이상은 누구든지 COVID-19 백신 접종을 권장합니다. 12세 이상은 부스터 접종도 해야 합니다. 화이자나 모더나 2차 접종(기초 접종)을 완료한 사람은 2차 접종 5개월 후에 부스터 접종을 할 수 있습니다. [면역 저하 상태](#)라면 화이자나 모더나 백신 3차 기초 접종을 받아야 합니다.

존슨앤존슨(얀센) 백신은 1회만 접종합니다. 존슨앤존슨(얀센) 백신 기초 접종자는 접종 2개월 후에 부스터 접종을 할 수 있습니다. 현재로서는, 존슨앤존슨(얀센) 백신 접종자의 3차 기초 접종을 권장할만한 데이터가 충분하지 않습니다.

18세 이상이고 COVID-19에 노출되었다면

COVID-19 백신 미접종자라면	COVID-19 백신 접종 횟수— 및 시기	귀하의 자가 격리 기간은?
	0회 접종	COVID-19에 노출 후 5일.
화이자나 모더나 백신을 접종했다면	COVID-19 백신 접종 횟수— 및 시기	귀하의 자가 격리 기간은?
	2회 접종 그리고 부스터 브랜드 모두	증상이 없으면 집에서 머무르지 않아도 됩니다.
	5개월 이내에 2회 접종	증상이 없으면 집에서 머무르지 않아도 됩니다. 아직 부스터 접종 시기가 되지 않았습니다.
	5개월 이전에 2회 접종	COVID-19에 노출 후 5일.
	언제든지 1회 접종	COVID-19에 노출 후 5일.

18세 이상이고 COVID-19에 노출되었다면 (계속)

존슨앤존슨(얀센) 백신을 접종했다면	COVID-19 백신 접종 횟수— 및 시기	귀하의 자가 격리 기간은?
	언제든지 1회 접종 그리고 부스터 브랜드 모두	증상이 없으면 집에서 머무르지 않아도 됩니다.
	지난 2개월 이내에 1회 접종	증상이 없으면 집에서 머무르지 않아도 됩니다. 아직 부스터 접종 시기가 되지 않았습니다.
	2개월 이전에 1회 접종	COVID-19에 노출 후 5일.
지난 90일 (약 3개월) 동안 COVID-19에 감염된 적이 있다면	COVID-19 백신 접종 횟수— 및 시기	귀하의 자가 격리 기간은?
	해당 상황에서 백신 접종 횟수는 중요하지 않습니다.	증상이 없으면 집에서 머무르지 않아도 됩니다.
COVID-19 감염 후 90일 이상 지났다면	COVID-19 백신 접종 횟수— 및 시기	귀하의 자가 격리 기간은?
	언제든 화이자 백신 2회 접종	증상이 없으면 집에서 머무르지 않아도 됩니다.
	언제든 화이자 백신 1회 접종	COVID-19에 노출 후 5일. 아직 자연 면역 기간은 정확하게 알 수 없습니다.

18세 이상이고 COVID-19에 노출되었다면 (계속)

면역 저하 상태 또는 중증화 고위험군이면	COVID-19 백신 접종 횟수— 및 시기	귀하의 자가 격리 기간은?
	0회 접종	COVID-19에 노출 후 5일.
	화이자나 모더나 백신 3회 접종 그리고 부스터 브랜드 모두	증상이 없으면 집에서 머무르지 않아도 됩니다.
	지난 5개월 이내에 화이자나 모더나 백신 3회 접종	증상이 없으면 집에서 머무르지 않아도 됩니다. 3차 기초 접종 후에 아직 부스터 접종 시기가 되지 않았습니다.
	5개월 이전에 화이자나 모더나 백신 3회 접종	COVID-19에 노출 후 5일.
	언제든지 화이자나 모더나 백신 2 회 접종	COVID-19에 노출 후 5일.
	언제든지 화이자나 모더나 백신 1 회 접종	COVID-19에 노출 후 5일.

자녀가 COVID-19에 노출되었다면

자녀가 COVID-19 백신 미접종자라면	COVID-19 백신 접종 횟수— 및 시기	귀하의 자가 격리 기간은?
	0회 접종	COVID-19에 노출 후 5일.
자녀가 화이자 백신을 접종했다면	COVID-19 백신 접종 횟수— 및 시기	귀하의 자가 격리 기간은?
	언제든 화이자 백신 2회 접종	자녀가 증상이 없으면 집에 머무를 필요가 없습니다.
	언제든 화이자 백신 1회 접종	자녀가 COVID-19에 노출 후 5일
자녀가 면역 저하 상태 또는 중증화 고위험군이면	COVID-19 백신 접종 횟수— 및 시기	귀하의 자가 격리 기간은?
	언제든지 2회 접종	자녀가 증상이 없으면 집에 머무를 필요가 없습니다.
	언제든지 1회 접종	자녀가 COVID-19에 노출 후 5일

자녀가 COVID-19에 노출되었다면 (계속)

지난 90일 (약 3개월) 동안 자녀가 COVID-19에 감염된 적이 있다면	자녀의 COVID-19 백신 접종 횟수 및 마지막 접종 시기	자녀의 자가 격리 기간은?
	해당 상황에서 자녀의 백신 접종 횟수는 중요하지 않습니다.	자녀가 증상이 없으면 집에 머무를 필요가 없습니다.
자녀가 COVID-19 감염 후 90일 이상 지났다면	자녀의 COVID-19 백신 접종 횟수 및 마지막 접종 시기	자녀의 자가 격리 기간은?
	언제든 화이자 백신 2회 접종	자녀가 증상이 없으면 집에 머무를 필요가 없습니다.
	언제든 화이자 백신 1회 접종	자녀가 COVID-19에 노출 후 5일

COVID-19에 노출된 후에 취해야 할 추가 조치가 있습니까?

- COVID-19 감염자에게 노출된 후 10일간은 공공장소나 주변에 사람이 있으면 [마스크를 제대로](#) 착용합니다.
- 노출로부터 5일 후에 검사를 받습니다.
- 노출일로부터 10일간 증상을 관찰합니다. 아프거나 가벼운 증상이라도 있으면, 즉시 확진자 격리를 하고 검사를 받아야 합니다.

거주 공간이나 일터가 COVID-19 고위험 공간이 될 수 있는 경우에 자가 격리 또는 확진자 격리가 5일 이상 될 수도 있습니다. 교정시설(교도소 등), 장기 요양 시설, 노숙자 쉼터 등 집합 시설에서 거주하거나 근무하는 사람은 다음의 질병통제예방센터(CDC) [지침](#) 을 준수해야 합니다. 의료 종사자는 질병통제예방센터(CDC) [지침](#)을 준수해야 합니다.

상세한 정보를 제공하는 웹사이트:

<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/your-health/quarantine-isolation.html>

<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/vaccines/recommendations/immuno.html>