

격리란 무엇입니까?

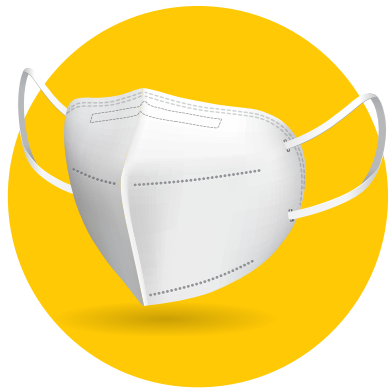
2022년 1월 11일

격리는 COVID-19에 노출되었을 수 있지만 검사에서 양성 판정을 받지 않았거나 아직 증상이 없는 사람들을 대상으로 취하는 조치입니다. 격리는 다른 사람들로부터 멀리 떨어져 머물도록 하여 알지 못하는 사이에 다른 사람을 감염시키지 않도록 하는 것입니다. COVID-19 백신 접종 최신 상태이거나 지난 90일 동안 COVID-19 감염이 있었으면 노출 후에도 자가 격리를 할 필요가 없습니다. 노출되었다는 것은 전염성이 있는 COVID-19 확진자와 밀접 접촉했음을 의미합니다.



밀접 접촉은 다음을 의미합니다.

- 24시간 내 누적 총 15분 이상 동안 바이러스 확진자와 6피트(2미터) 이내 거리에 있었습니다.
- COVID-19에 감염된 사람을 집에서 돌본 경우.
- COVID-19에 감염된 사람과 직접적이고 물리적인 접촉(포옹, 키스 등)을 한 경우.
- COVID-19에 감염된 사람과 식기를 함께 사용한 경우.
- COVID-19에 감염된 사람의 재채기, 기침, 비말에 노출된 경우.



사람들이 주위에 있으면 마스크를 착용합니다.

COVID-19에 노출된 사람은 누구든지 노출일로부터 10일간 공공장소와 사람들 주변에서 반드시 마스크를 착용해야 합니다. 해당 10일 기간에 체육관이나 식당 등 마스크 착용이 힘든 장소를 피합니다.

다음 중 하나에 해당하면 5일간 자가 격리해야 합니다.

- **백신 미접종.** 단 한 차례도 COVID-19 백신을 접종하지 않은 상태를 의미합니다.
- **COVID-19 백신 접종이 최신 상태가 아님.** 아직 부스터 접종을 하지 않았고 화이자나 모더나 백신 2차 접종 후 5개월 이상 되었거나 존슨앤존슨(얀센) 백신 접종 후 2개월 이상 지난 상태입니다. 화이자나 모더나 백신 1차 접종만 받은 상태도 해당합니다. 5~17세 아동/청소년이 화이자 백신 1차 접종만 했으면 COVID-19 백신 접종 최신 상태가 아니며, 부스터 접종은 아직 아동/청소년 자가 격리 지침에 포함되지 않습니다.



언제 격리를 종료할 수 있습니까?

아무런 증상이 없으면 만 5일 후에 자가 격리를 해제할 수 있습니다. 자가 격리 해제 후 5일간 더 사람들 주변과 공공장소에서 **마스크를 제대로** 착용하면 직장생활, 학교생활, 기타 활동을 재개할 수 있습니다. 다른 사람의 안전을 위해 도움이 됩니다.

거주 공간이나 일터가 COVID 고위험 공간이 될 수 있는 사람은 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.



노출 후 5일 또는 COVID-19 증상이 나타나면 검사를 받으십시오.

이는 체내에 성장한 바이러스가 검사에 검출되는 데 필요한 시간입니다. 검사 결과를 통보 받을 때까지 자택에 머무르십시오. 검사에서 음성 판정을 받으면, 자가 격리를 해제할 수 있습니다. 5일간의 자가 격리 후에 검사를 받을 수 없거나 받지 않기로 했다면, COVID-19 감염자와 마지막 밀접 접촉 후 10일간 집에 머물러 있어야 합니다. 양성 판정이 나오면, 집에서 **격리**를 합니다.

COVID-19 **증상**을 관찰합니다. 증상이 있으면 집에서 격리를 하고 즉시 검사를 받아야 합니다.

기존 COVID-19 감염자도 재감염될 가능성이 있습니다. 또한 일부는 격리를 마치고 더 이상 다른 사람에 대해 전염성이 없는 경우에도 COVID-19 양성 반응을 보일 수 있다는 것도 알고 있습니다. 새로운 증상이나 증상 악화가 없는 한, 질병통제예방센터(CDC) 및 유타주 보건부는 최초 COVID-19 양성 판정을 받은 후 **90일**(약 3개월) 미만이면 노출 후에도 검사받는 것을 권장하지 않습니다. 하지만, 새로운 증상 또는 증상 악화가 있거나 양성 판정 후 **90일 이상** 지났으면, 다시 검사를 받아야 합니다.



백신 접종을 받아도 COVID-19에 감염(돌파 감염)될 가능성이 있으므로, 백신 접종 후에도 안전을 위해, 노출 5일 후에 검사를 받도록 권장합니다.

집에 머물고 다른 사람과의 접촉을 최대한 피할 것.

- 자가 격리 중에는 출근, 등교, 과외 활동, 종교 행사, 가족 모임 또는 그 외 다른 활동에 참여하지 않아야 합니다. 치료를 받을 때를 제외하고는 자택에 머무르십시오.
- 가능하면 체온 측정 등 노출 후 10일간 매일 COVID-19 증상을 확인합니다. COVID-19 증상이 있으면 즉시 검사를 받아야 합니다.
- 집에 오는 방문객 수를 제한합니다.
- 자가 격리가 끝날 때까지 여행은 금지됩니다. 노출 후 최소 5일 후에 검사를 받고 음성 판정을 받아야만 여행을 할 수 있습니다. COVID-19 증상이 있으면 여행할 수 없습니다. 여행할 때는 사람들 주변에서 마스크를 착용합니다.
- 적어도 다른 사람들과 6피트 혹은 2미터(양팔 간격) 거리를 유지하도록 노력합니다.