

我屬於哪類對象 該怎麼做？

確診者 	5天 居家照護	<ul style="list-style-type: none"> ● 輕症/無症狀，且符合居家照護健康及環境需求條件 ● 無症狀或症狀緩解，且距發病日或採檢日滿7天，得解除隔離，無須採檢，解隔後進入自主健康管理
	7天 自主健康管理	<ul style="list-style-type: none"> ● 已結束居家照護及居家檢疫者 ● 無須快篩就可以外出，禁止前往人潮擁擠、餐廳內用、聚餐及聚會等活動
入境者 	0天 居家檢疫	<ul style="list-style-type: none"> ● 所有自外國入境者 ● 入境時進行採檢，於7天期滿且期滿當日快篩陰性，進入自主健康管理
	0天 居家隔離	<ul style="list-style-type: none"> ● 同住親友及住宿同寢室友 ● 自最後接觸(第0天)隔日起算居家隔離3天，收到接觸者匡列時進行快篩，結束後進入自主防疫
密切接觸者 	7天 自主防疫	<ul style="list-style-type: none"> ● 已結束居家隔離者或被匡列時已逾隔離期間但仍在自主防疫期間者 ● 快篩陰性可外出(必要時)；學生須於自主防疫期滿次日快篩陰性方可上學 ● 禁止前往人潮擁擠、餐廳內用、聚餐及聚會等活動
	自我健康監測	<ul style="list-style-type: none"> ● 密切接觸者之接觸者，若密切接觸者篩檢陰性後，可解除監測 ● 確診者同場域工作者(高風險-24小時內，無適當防護接觸>15分鐘)，無症狀且接種3劑疫苗滿14天者，健康監測至最後接觸日滿7日 ● 避免前往人潮擁擠、餐廳內用、聚餐及聚會等活動
其他民衆	自主應變對象	<ul style="list-style-type: none"> ● 確診者之同班同學、同場域工作者 ● 依「企業因應嚴重特殊傳染性肺炎(COVID-19)疫情持續營運指引」，採自主應變措施，含依感染風險程度實施防疫假、停課等

註：上述相關規定將依疫情狀況調整

加強自主健康管理 / 自主健康管理 / 自主健康監測之不同

對象：專案申請獲准縮短居家檢疫者

1. 同住者 加強自主健康管理

期間如無任何症狀，原則可外出及上班

除遵守右列自主健康管理規範，並須配合：

- **不可與居檢者共用房間、衛浴，亦不可同處、共食。**
於提供其必要之生活協助(如生活補給)時，雙方皆應採取適當防護措施，包含佩戴口罩、保持社交距離，並儘量縮短接觸時間。
- 如無任何症狀，可以外出，但僅能從事固定且有限度之活動，且**不可搭乘大眾運輸，禁止至人潮擁擠場所**(如賣場、百貨公司、夜市、夜店、酒吧、喜宴、餐廳、觀光景點…等)
- 延後非急迫之醫療或檢查。
- **落實實名制，須記錄每日活動**，且應全程佩戴口罩及保持社交距離。
- 應於加強自主健康管理第3天、第7天，以自費家用快篩試劑檢測1次。

對象：通報個案經檢驗陰性者、居家檢疫或隔離期滿者、加強自主健康管理期滿者、台帛旅遊泡泡專案返台者，及經地方衛生主管認定有必要且開立自主健康管理通知書者

2. 自主健康管理

期間如無任何症狀，原則可外出及上班

- 每日**早/晚各量體溫一次、詳實記錄體溫、健康狀況及活動史**，並配合雙向簡訊回報健康狀況
- **資訊上傳健保雲端，提醒醫事人員落實TOCC**
- **避免出入無法保持社交距離，或容易近距離接觸不特定人之場所**
- 禁止從事近距離或群聚型之活動(如聚餐、聚會、公眾集會…等)
- **外出時全程佩戴口罩及保持社交距離**
- 延後非急迫之醫療或檢查；禁止前往醫院陪病
- 若出現相關症狀，應主動與當地衛生局聯繫或撥1922，依指示方式就醫

3.

自主健康
監測無此
項，餘同
自主健康
管理