



## UTOS NG OPISYAL NG KALUSUGAN PARA SA PAGKONTROL NG COVID-19 Utos sa Emerhensyang Pagkukulong (Quarantine) ng Pampublikong Kalusugan

Nirebisang Utos na Inilabas: **Mayo 18, 2022**  
Epektibo mula noong 12:01am na **Huwebes, Mayo 19, 2022**

Ang Utos na ito ay pumapalit sa **Abril 13, 2022** na Utos sa Emerhensyang Pagkukulong (Quarantine) ng Pampublikong Kalusugan.

Ang Utos na ito ay epektibo hanggang sa ipawalang-bisa ng Opisyal ng Kalusugan.

### MANGYARING BASAHIN NANG MAINGAT ANG KABUUNGAN NG UTOS NA ITO

**Mga Maiikling Haylayt:** (Mga Pagbabago ay nakahaylayt ng dilaw):

**5/18/2022:**

- Nilinaw na ang mga taong walang sintomas (asymptomatic) na nalantad sa taong may COVID-19 (mga nakasalamuhang walang sintomas) ay may eksempyon mula sa pagkakakulong, hindi alintana ang katayuan sa pagpapabakuna. Gayunpaman, sila ay inaatasan na sundin ang mga patakaran na tinukoy sa ibaba; binanggit na ang ilang tao na nakatira o nagtatrabaho sa tinukoy na mataas na panganib na mga kapaligiran ay dapat na sundin ang mga patakaran na partikular sa kapaligiran na may relasyon sa mga paghihigpit sa trabaho o pagbubukod sa trabaho. Ang mga manggagawa sa iba pang mga kapaligiran ay inaatasan na sundin ang mga pagbubukod sa trabaho ng Cal/OSHA at/o mga patakaran sa pagbabalik-trabaho.
- Binanggit na ang eksempyon para sa pagsusuri sa COVID-19 para sa mga nakasalamuha na walang sintomas na dati nang nasuring positibo gamit ang pagsusuri sa virus ng COVID-19 sa nakalipas na 90 araw at gumaling na, hangga't sila ay walang mga sintomas.
- Binanggit na ang lahat ng mga nakasalamuha, hindi alintana ang katayuan sa pagpapabakuna, ay dapat na magsuot ng mataas na antas na nakapagpoprotektang maskara sa paligid ng iba habang nasa mga panloob na lugar (indoors) at kapag malapit sa iba habang nasa mga panlabas na lugar (outdoors) hanggang sa ika-10 Araw.

### **MGA TAONG INAATASAN NA SUMUNOD DITO SA UTOS NG OPISYAL NG KALUSUGAN**

Ang lahat ng mga indibidwal na naninirahan o nagtatrabaho sa Hurisdiksyon ng Kalusugan ng Los Angeles County na **nalantad sa** taong nadayagnos na may COVID-19 (**mga malapitang nakasalamuha**), maging sila man ay saklaw o hindi mula sa pagkakakulong, ay susunod sa mga patakaran ng Utos na ito partikular sa kanilang sitwasyon at mga tagubilin para sa pagkukulong, **tulad** ng ipinahiwatig **sa ibaba**.

Ang utos na ito ay hindi lumalapat sa pangasiwaan ng mga nalantad na tauhan sa pangangalagang pangkalusugan **na nagtatrabaho sa loob ng kapaligiran ng pangangalagang pangkalusugan** hindi rin ito lumalapat sa tagapangasiwa ng nalantad na mga tauhan ng Serbisyong Medikal Pang-emerhensya na nagtatrabaho sa loob ng kapaligiran bago ang pagpapahospital (prehospital) o ng pangangalagang pangkalusugan. Ang mga nalantad na tauhan ng pangangalagang pangkalusugan ay dapat na sumangguni sa [Mga Paghihigpit sa Trabaho para sa Walang Sintomas na HCP na may mga Pagkakalantad](#). Ang mga tauhan ng Serbisyong Medikal Pang-emerhensya ay dapat na sumangguni sa [Mga Paghihigpit sa Trabaho para sa Walang Sintomas na EMS na mga Tauhan na may mga Pagkakalantad](#).

Ang utos na ito ay hindi rin lumalapat sa pangasiwaan ng mga nalantad na residente, pagdating sa mga paghihigpit sa trabaho o mga pagbubukod sa trabaho, at mga nalantad na kawani sa iba pang tinukoy na mataas na panganib na mga kapaligiran. Ang mga nalantad na residente at kawani sa sumusunod na mataas na panganib na mga kapaligiran ay dapat na sumunod sa mga patakaran na partikular sa kanilang kapaligiran:

- [Pangmatagalang mga sentro ng pangangalaga](#)
- [Mga Pasilidad ng Pangangalaga sa Matanda at Sinyor](#)
- [Mga kanlungan ng walang tirahan](#)
- [Mga pasilidad ng koreksyonal at mga sentro ng detensyon](#)
- [Mga sentro ng pagpapalamig at mga kanlungang pang-emerhensya](#)

Dahil sa Mga Pansamantalang Pamantayan sa Emerhensya (Emergency Temporary Standards/ETS) sa COVID-19 ng Cal/OSHA, ang mga manggagawa sa iba pang mga kapaligiran na nalantad ay inaatasan na sundin ang [mga pagbubukod at/o mga patakaran sa pagbabalik-trabaho](#). Sumangguni sa [Pagtugon sa COVID-19 sa Lugar ng Trabaho](#) ng LA County para sa mga karagdagang detalye. Mangyaring tandaan na para sa mga pagkakalantad na nagaganap sa loob ng lugar ng trabaho, gumagamit ang Cal/OSHA ng ibang kahulugan ng malapitang nakasalamuha.

Mangyaring tandaan na para sa mga pagkakalantad sa mga kapaligirang pang-edukasyon, ibang kahulugan ng malapitang nakasalamuha ang maaaring gamitin para sa mga bata/mag-aaral. Tingnan ang <http://ph.lacounty.gov/acd/ncorona2019/parents>.

### **MGA MALAPITANG NAKASALAMUHA NA MALAYA (EXEMPT) SA HINDI PAGKUKULONG (QUARANTINE)**

**Hindi alintana ang iyong katayuan sa pagpapabakuna, kung ikaw ay nalantad sa taong may COVID-19 at walang mga sintomas, hindi ka inaatasan na magkulong na malayo sa iba.**

Ikaw ay inaatasan na:

- a) Magsuot ng mataas na antas na nakapagpoprotektang maskara **habang** nasa mga panloob na lugar at kapag malapitang nakasalamuha ng (sa loob ng 6 na talampakan) iba **habang** nasa **mga panlabas na lugar** para sa kabuuan na 10 araw pagkatapos ang huling pakikisalamuha sa nahawahang tao ng COVID-19. Ang maskara ay dapat na lapat na akmalang kasya na medikal na maskara, lapat na akmalang kasyang respireytor, o lapat na akmalang kasyang mataas na antas na nakakapanalang maskara na magagamit ng paulit-ulit na may kawing sa ilong. Tingnan ang [ph.lacounty.gov/masks](http://ph.lacounty.gov/masks) para sa mga detalye tungkol sa mga maskara na may pinakamahusay na proteksyon; **at**
- b) Magpasuri\* sa loob ng 3-5 araw pagkatapos ng iyong huling pagkakalantad upang matukoy ang iyong katayuan ng impeksyon; **at**  
(**Mangyaring tandaan:** Kung masusuri kang positibo, sundin ang lahat ng mga patakaran sa pagbubukod sa [ph.lacounty.gov/covidisolation](http://ph.lacounty.gov/covidisolation))
- c) Subaybayan ang iyong sarili para sa mga sintomas nang 10 araw kasunod ng iyong pagkakalantad; **at**  
(**Mangyaring tandaan:** Kung magkakaroon ng mga sintomas, magpasuri at manatili sa bahay malayo sa iba. Kung masusuri kang positibo, sundin ang lahat ng mga patakaran sa pagbubukod sa [ph.lacounty.gov/covidisolation](http://ph.lacounty.gov/covidisolation))
- d) Sundin ang lahat ng iba pang mga hakbang sa mga Tagubilin para sa mga Malapitang Nakasalamuha sa COVID-19, na magagamit sa Ingles, Espanyol, at iba pang mga wika sa [ph.lacounty.gov/covidcontacts](http://ph.lacounty.gov/covidcontacts).

\*Ang pagsusuri ay **hindi** iniaatas kung dati ka nang nasuring positibo gamit ang pagsusuri sa virus para sa COVID-19 sa nakalipas na 90 araw, **hangga't ikaw ay walang mga sintomas.**

## **Kahulugan ng Malapitang Nakasalamuha**

Para sa mga layunin ng Utos na ito, ang “malapitang nakasalamuha” ay tinukoy bilang ang mga tao na nakakasama sa parehong panloob na espasyong hangin, halimbawa, tahanan, silid-hintayan ng klinika, eroplano atbp., sa pinagsama-samang kabuuan na 15 minuto o higit pa sa 24 na oras na panahon (halimbawa, tatlong indibidwal na 5 minutong pagkakalantad para sa kabuuan na 15 minuto) noong panahong nakakahawa ang nahawahang tao (kumpirmado ng laboratoryo o klinikal na dayagnosis).

Tandaan na maaaring gamitin ang ibang kahulugan ng “malapitang nakasalamuha” kung ikaw ay nalantad habang nasa trabaho, paaralan, o mataas na panganib na kapaligiran (pagiging nasa loob ng 6 na talampakan ng nakakahawang tao para sa kabuuan na hindi bababa sa 15 minuto sa 24 na oras na panahon).

## **MGA TAGUBILIN**

### **1. Bawasan ang Iyong Panganib sa Pagkakalat ng COVID-19 sa Iba**

Ang lahat ng mga malapitang nakasalamuha, nakakulong man o hindi, ay dapat na gumawa ng mga hakbang para bawasan ang panganib ng pagkakalat ng COVID-19 sa iba.

Ang lahat ng mga malapitang nakasalamuha ay dapat na:

- a. Magsuot ng mataas na antas na nakapagpoprotektang maskara sa paligid ng iba habang nasa mga panloob na lugar at kapag malapit sa iba habang nasa mga panlabas na lugar hanggang sa ika-10 Araw. Kabilang dito ang pagsusuot nito sa bahay. Ang maskara ay dapat na lapat na kasyang medikal na maskara, lapat na kasyang respireytor, o lapat na kasyang mataas na antas na nakakapanalang paulit-ulit na nagagamit na maskara na may kawing sa ilong. (Tingnan ang [ph.lacounty.gov/masks](https://ph.lacounty.gov/masks) para sa mga detalye tungkol sa mga maskara na may pinakamahasag na proteksyon).
- b. Magpasuri sa loob ng 3-5 araw pagkatapos ng iyong huling pagkakalantad para matukoy ang katayuan ng iyong impeksyon. Ang pagsusuri ay dapat na isang pagsusuri sa virus ng COVID-19 na awtorisado ng FDA tulad ng pagsusuri ng antigen o NAAT/PCR, kabilang ang mga pagsusuri ng sarili na walang reseta. Tandaan: Kung nagsusuri para sa pagbabalik-trabaho, ang pagsusuri ay maaaring kailanganin na obserbahan o iulat sa partikular na paraan. Para sa mas maraming impormasyon, makipag-ugnay sa iyong amo (employer) at tingnan ang [Mga Madalas na mga Katanungan sa Pagsusuri ng Cal-OSHA](#).  
  
Kung ikaw o sinuman na kasama mong naninirahan ay [nasa mas mataas na panganib para sa malubhang sakit](#), ikonsidera na masuri sa lalong madaling panahon. Pagkatapos, kung ikaw ay nasuring negatibo, magpasuri sa o pagkatapos ng ika-5 Araw.  
  
Kung ang resulta ng iyong pagsusuri ay positibo, tingnan ang seksyon sa ibaba na may titulo na “Kung Ikaw ay Magkakaroon ng mga Sintomas ng COVID-19 at/o Tumanggap ng Positibong Pagsusuri sa Virus.”
- c. Subaybayan ang iyong kalusugan nang 10 araw kasunod ng iyong pagkakalantad. Kung magkakaroon ng mga sintomas, tingnan ang seksyon sa ibaba na **may titulo** na “Kung Ikaw ay Magkakaroon ng mga Sintomas ng COVID-19 at/o Tumanggap ng Positibong Pagsusuri sa Virus.”

Paano bilangin ang mga araw: Ang ika-0 Araw ay ang araw ng iyong huling pagkakalantad. Ang ika-1 Araw ay ang unang buong araw pagkatapos ng iyong huling pagkakalantad.

## **Magkulong (Quarantine) maliban kung ikaw ay may eksempsyon**

Maliban kung ikaw ay malaya sa hindi pagkukulong (tingnan ang **seksyon sa itaas na may titulo** na “Mga Malapitang Nakasalamuha na Malaya [Exempt] sa Hindi Pagkukulong [Quarantine]), ikaw ay inaatasan na magkulong (manatili sa iyong bahay o sa iba pang tirahan na malayo sa iba). Ito ay dahil sa ikaw ay nalantad sa virus na nagsasanhi ng COVID-19 at maaaring mahawahan at maikalat ang virus sa iba bago magkaroon ng mga sintomas.

### **Mga Tagubilin ng Pagkukulong**

Kapag ikaw ay nakakulong (quarantine), hindi ka maaaring umalis sa iyong lugar ng pinagkukulongan (quarantine), maliban kung tatanggap ng kinakailangang medikal na pangangalaga o para sa pagsusuri sa COVID-19. Magsuot ng [mataas na antas na nagpoprotektang maskara](#) kung dapat kang nasa paligid ng iba, kabilang ang mga myembro ng iyong sariling sambahayan. Dapat mong sundin ang mga utos sa Mga Tagubilin para sa mga Malapitang Nakasalamuha sa COVID-19, na magagamit sa Ingles, Espanyol, at iba pang mga wika sa <http://ph.lacounty.gov/covidquarantine>.

### **Tagal ng Pagkukulong (quarantine)**

Dapat kang malayo sa iba nang hindi bababa sa 5 araw at hanggang sa 10 buong araw pagkatapos ng iyong huling pagkakalantad sa taong nadayagnos na may COVID-19 sakaling ikaw ay mahahawahan ng COVID-19. Tingnan ang mga detalye sa ibaba upang matukoy kung kailan magtatapos ang iyong pagkukulong ng sarili.

- a) Maaari mo lamang tapusin ang iyong pagkukulong pagkatapos ng ika-5 Araw lamang kung:
  - Ikaw ay nananatiling walang mga sintomas (asymptomatic) AT
  - Ikaw ay tumanggap ng negatibong resulta sa pagsusuri<sup>1</sup> sa virus ng COVID-19 na kinuha mula sa kinolektang ispesimen sa ika-5 Araw o kalaunan.
- b) Kung hindi mo nagawang magpasuri o piniling hindi magpasuri, at hindi nagkaroon ng mga sintomas, magtatapos ang pagkukulong pagkatapos ng ika-10 Araw.

Tandaan: Ang Ika-0 Araw ay ang araw ng iyong huling pagkakalantad. Ang Ika-1 Araw ay ang unang buong araw pagkatapos ng iyong huling pagkakalantad.

Mangyaring tandaan: Kung natugunan mo ang pamantayan sa pagtatapos ng pagkukulong bago ang ika-11 Araw, **ikaw ay inaatasan na patuloy na subaybayan ang iyong kalusugan at dapat kang patuloy na** magsuot ng mataas na antas na nagpoprotektang maskara sa paligid ng iba, lalo na sa mga panloob na kapaligiran, hanggang sa 10 araw. Dagdag pa, para sa pagbabalik-trabaho, ikaw ay *inaatasan* na magsuot ng maskara sa lugar ng trabaho para sa kabuuan na 10 araw pagkatapos ng pagkakalantad.

## **2. Kung Ikaw ay Magkakaroon ng mga Sintomas ng COVID-19 at/o Tumanggap ng Positibong Pagsusuri sa Virus**

Kung magkakaroon ka ng anumang [mga sintomas](#) ng COVID-19 sa 10 araw ng COVID-19 mula sa iyong huling pakikisalamuha sa nahawahang tao dapat mo agad ibukod ang iyong sarili (manatili sa iyong tahanan o sa iba pang bahay at malayo sa iba) at kumuha ng pagsusuri sa virus ng COVID-19<sup>1</sup>. Inirerekomenda rin na iyong isaalang-alang ang pakikipag-ugnayan sa iyong tagapagbigay ng pangangalagang pangkalusugan (healthcare provider), pangklinikang linya sa pagpapayo (clinician

<sup>1</sup> Ang pagsusuri ay dapat na [Awtorisado ng FDA](#) na pagsusuri sa virus ng COVID-19 tulad ng pagsusuring antigen o NAAT/PCR. Tinatanggap ang mga pagsusuri ng sarili, ngunit kung gagamitin para sa pagbabalik sa trabaho dapat na sila ay maobserbahan o maiulat sa partikular na paraan. Para sa mas marami pang impormasyon, tingnan ang [Cal-OSHA Testing FAQs](#). Tanungin sa iyong amo (employer) ang tungkol sa kung paano masusuri.

advice-line), o tagapagbigay ng telemedicine para sa medikal na pagsusuri at posibleng paggamot. Patuloy na magsuot ng mataas na antas na nagpoprotektang maskara sa paligid ng iba hanggang sa hindi bababa sa ika-10 Araw.

Kung nasuri kang positibo para sa COVID-19 o sa tingin ng iyong tagapagbigay ng pangangalagang pangkalusugan na mayroon kang COVID-19, patuloy na isuot ang iyong maskara at sundin ang [Utos sa Emerhensyang Pagbubukod para sa COVID-19](#) ng Pampublikong Kalusugan ng Los Angeles County at ang Mga Tagubilin sa Pagbubukod sa Bahay para sa mga Taong may Impeksyon ng COVID-19, na magagamit sa Ingles, Espanyol, at iba pang mga wika sa <http://ph.lacounty.gov/covidisolation>.

## **LAYUNIN NG UTOS**

Ang layunin ng Utos na ito ay para tumulong pabagalin ang pagkalat ng COVID-19, para protektahan ang mga indibidwal na may mataas na panganib, at para protektahan ang sistema ng pangangalagang pangkalusugan mula sa biglaang pagtaas ng mga kaso sa kanyang mga pang-emerhensyang silid at mga hospital. Ang virus ay madaling kumalat sa pagitan ng mga tao na malapitang nakakasalamuha ang bawat isa, lalo na kung sila ay hindi pa ganap na nabakunahan.

Ang mga taong hindi pa nabakunahan laban sa COVID-19 ay ang nasa pinakamataas na panganib na magkasakit at mamatay mula sa COVID-19. Ang mga hindi pa nabakunahang mas matatanda at mga hindi pa nabakunahang tao na mayroong partikular [na mga medikal na kondisyon](#) ay nasa pinakamataas na panganib ng malubhang pagkakasakit (mas malamang na mahospital, mangailangan ng masinsinang pangangalaga, mangailangan ng bentileytor para makahinga, o mamatay) mula sa sakit na COVID-19. Ang mga taong may huminang [mga sistema ng imyunidad](#) na ganap nang nabakunahan ay maaaring hindi makatugon nang mas mabuti sa bakuna kung kaya't sila ay maaaring nasa panganib pa rin para sa lubhang pagkakasakit. Sa pagkakaroon ng baryanteng Omicron, lumalaki ang porsyento ng mga taong ganap nang nabakunahan ay maaaring mahawahan at nahawahan na. Gayunpaman, ang mga ganap nang nabakunahan at nabakunahan na ng pampalakas na bakuna na mga tao ay lubos na protektado mula sa labis na pagkakasakit at pagkamatay mula sa COVID-19. Ang mahalaga, ang mga impeksyong ito pagkatapos ng pagpapabakuna ay karaniwang nagsasanhi lamang ng mga banayad na sintomas, kung mayroon man. Gayunpaman, posible pa rin para sa mga taong ganap nang nabakunahan na maikalat ang virus sa ibang mga tao.

Ang Utos na ito ay batay sa ebidensya sa agham at mga pinakamahuhusay na kasanayan, na kasalukuyang nalalaman at nagagamit. Ang pagbubukod at pagkukulong (quarantine) ay inirerekomenda ng Sentro ng Pagkontrol at Pagpigil sa Sakit (CDC) at iba pang mga eksperto sa pampublikong kalusugan bilang napatunayang estratehiya para sa pagpigil ng transmisyong COVID-19.

## **LEGAL NA AWTORIDAD**

Ang Utos ng Opisyal ng Pampublikong Kalusugan ng County ng Los Angeles ay ginawa sa ilalim ng awtoridad ng Kalusugan ng California at mga Seksyon sa Pangkaligtasang Kodigo 101040, 101085, 120175, 120215, 120220, 120225, at 120295, at ng mga kodigo na nasa Seksyong 11.02.030 ng Los Angeles County. Ang Opisyal ng Kalusugan ay maaaring gumawa ng karagdagang (mga) aksyon, na maaaring kabilangan ng pagbibilanggo ng sibilyan o pag-aatas sa tao na manatili sa pasilidad ng kalusugan o iba pang lokasyon, o pagpapalabas ng administratibong pagsita, para protektahan ang kalusugan ng publiko kung ang indibidwal na sumasailalim sa Utos na ito ay lalabag o hindi susunod sa Utos na ito.



## **MGA MAPAGKUKUNAN**

- Mga Tagubilin para sa mga Malapitang Nakasalamuha sa COVID-19:  
<http://ph.lacounty.gov/covidquarantine> (Ingles at iba pang mga wika)  
<http://ph.lacounty.gov/covidcuarentena> (Espanyol)

*Para sa Sasanggunian (reference), kung ikaw ay nakatanggap ng positibong pagsusuri sa virus para sa COVID-19 at/o ang tagapagbigay ng pangangalagang pangkalusugan (healthcare provider) ay klinikal na naghihinala na ikaw ay may COVID-19:*

- Tagubilin sa Pagbubukod sa Bahay para sa mga Taong may COVID-19:  
<http://ph.lacounty.gov/covidisolation> (Ingles at iba pang mga wika)  
<http://ph.lacounty.gov/covidaislamiento> (Espanyol)
- Utos sa Pang-Emerhensyang Pagbubukod ng Pampublikong Kalusugan:  
[http://ph.lacounty.gov/Coronavirus/docs/HOO/HOO\\_Coronavirus\\_Blanket\\_Isolation-Tagalog.pdf](http://ph.lacounty.gov/Coronavirus/docs/HOO/HOO_Coronavirus_Blanket_Isolation-Tagalog.pdf) (Tagalog)
- <http://ph.lacounty.gov/Coronavirus/reopening-la.htm#isolation> (Ingles at iba pang mga wika)

## **MGA KATANUNGAN TUNGKOL SA UTOS**

Kung mayroon kang mga katanungan tungkol sa Utos na ito, tawagan ang Kagawaran ng Pampublikong Kalusugan ng Los Angeles County sa (833) 540-0473.

### **ITO AY IPINAG-UUTOS:**

**5/18/2022**

---

**Muntu Davis, M.D., M.P.H.**

---

**Petsa**

Opisyal ng Kalusugan,  
County ng Los Angeles