

Q1. 為什麼在居家隔離/檢疫期滿後要再接再續 7 天自主健康管理？

A1. 考量目前極少數感染 COVID-19 個案之潛伏期可能大於 14 天，指揮中心自 109 年 4 月 5 日起，針對居家檢疫期滿者，實施額外 7 天自主健康管理。

Q2. 居家隔離/檢疫期滿後的 7 天自主健康管理期間，要特別注意甚麼？

A2. 保持勤洗手習慣、落實呼吸道衛生及咳嗽禮節、每日早/晚各量體溫一次。

1. 如沒有出現任何症狀，可正常生活，但應儘量避免出入公共場所，延後非急迫之醫療或檢查，如需外出應嚴格遵守全程佩戴口罩。
2. 如果出現發燒($\geq 38^{\circ}\text{C}$)、嗅/味覺異常、腹瀉或有呼吸道症狀，請立即佩戴口罩，請撥打 1922 或聯繫衛生局，依指示至衛生局指定之醫療院所就醫，且禁止搭乘大眾運輸工具前往。就醫時應主動告知醫師接觸史、旅遊史、居住史、職業暴露、以及身邊是否有其他人有類似的症狀。返家後亦應佩戴口罩、避免外出，與他人交談時應佩戴口罩並保持 1 公尺以上距離。
3. 如就醫後，經醫院安排採檢，自採檢醫院返家後，於接獲通知檢驗結果前，應留在家中，不可外出，如檢驗結果陽性，衛生局將會通知您及安排就醫。另於獲知檢驗結果為陰性後，仍需自主健康管理滿 7 天。

Q3. 自主健康管理者，為什麼要避免出入公共場所？

A3. 公共場所多具有人潮眾多，無法保持社交距離或容易近距離接觸不特定人士的特性，自主健康管理者雖然感染風險已降低，但仍無法完全免除，故自主健康管理期間要避免出入公共場所，以降低可能傳播風險。

Q4. 自主健康管理期間，是否可以外出用餐、聚餐或聚會？

A4. 由於用餐時無法全程佩戴口罩，自主健康管理期間應避免外出用餐，建議可外帶食物儘速返家食用；聚餐或聚會為交流場合，難以落實全程佩戴口罩，亦難以避免近距離交談，具有傳染風險，故自主健康管理期間禁止聚餐或聚會。

Q5. 自主健康管理期間，為什麼禁止參加大型活動？

A5. 大型活動具有參加人數眾多、不易保持社交距離，會近距離接觸不特定人士的特性，一旦出現疑似個案或群聚事件，將提高防疫難度，考量自主健康管理者雖然感染風險已降低，但仍無法完全免除，故自主健康管理期間禁止參加大型活動。

Q6. 自主健康管理者可以至超商或超市買東西嗎？

A6. 自主健康管理者如沒有出現任何症狀，可正常生活，進入超商或超市須全程佩戴口罩，惟該等場所容易與不特定人士近距離接觸，如該場所內人潮已多、不易保持社交距離時，則應避免進入，或儘速離開，避免長時間逗留。

Q7. 違反自主健康管理相關規定，會被處罰嗎？

A7. 如未確實遵守各項自主健康管理規定，係違反「傳染病防治法」第 48、58 條，將依同法第 67、69 條，處新臺幣 6 萬以上至 30 萬元以下罰鍰或新臺幣 1 萬以上 15 萬元以下罰鍰。