

Patient Education

COVID-19 接种疫苗后的情况

You must carefully read the "Consumer Information Use and Disclaimer" below in order to understand and correctly use this information

关于这个话题

2019 冠状病毒病 (COVID-19) 由一种很容易人际传播的病毒引起。2020 年，有几款有助于预防 COVID-19 的疫苗研发面世。您在注射末剂疫苗后需要 2 周的时间才能获得完全保护。在此之前，您仍然必须采取日常的防护措施。

您在接种双剂疫苗的第 2 针超过 2 周，或者接种单剂疫苗超过 2 周后，才能视为已经完全接种。届时会对您需要遵守的一些准则作出调整。在公共场合采取安全措施仍然十分重要。佩戴口罩。避开拥挤的人群并经常洗手。

当您完全接种疫苗后，医生会认为下列活动属于安全范畴：

- 与其他没有戴口罩、但是已经完全接种疫苗的人聚集在室内。
- 与来自一个家庭、没有接种疫苗的人聚集在室内。如果这个家庭有成员罹患重症 COVID-19 风险较高，那么大家都要继续戴口罩。
- 在户外集聚时可无需戴口罩。但是，如果您处于人群聚集的环境中，或者您所在的地方规定所有人都要戴口罩，那么您可能需要戴口罩。
- 旅行时，您无需在旅行前进行检测。在国际旅行之后，您可能需要进行检测。旅行后您也不需要自我隔离。您的目的地可能仍有检测要求。在飞机、公共汽车、火车或其他交通工具上，您可能需要戴口罩。

如果您身边有 COVID-19 患者，那么除非您出现症状，否则不需要接受检测或避免接触他人。

一般情况

许多人都希望在接种 COVID-19 疫苗后让生活重回正轨。遗憾的是，现实并非如此。

如果我已接种所有剂次的疫苗，为什么还要小心谨慎？

您的身体需要时间来构建抵抗病毒的免疫力。这意味着您不会在接种第一剂或第二剂疫苗后立刻获得充分保护。大多数情况下，您的身体在接种第二剂疫苗后还要**1到2周**才能获得保护。

不断出现这种病毒的新毒株。而您接种的疫苗可能无法抵御新毒株。此外，医生也不清楚 COVID-19 疫苗保护时间能持续多久。有些人既没有患病、也接种了疫苗，却还有可能将该病传染给其他人。

只有当一个国家/地区的大多数人都已接种疫苗，疫苗的效果才最好。然后就可以降低将疾病播散至全国的风险。当您接种了疫苗、佩戴口罩、避开拥挤人群并保持**6英尺（约1.8米）**的社交距离时，大家都会更安全。

我可以和亲友聚会吗？

视情况而定。医生认为在户外聚会是最安全的。然而，您可以安全地与没有戴口罩、但已完全接种疫苗的人在室内聚会。您也可以与来自一个家庭，没有接种疫苗的人聚会。

与他人会面的风险等级取决于以下方面：

- 在室内还是室外会面。
- 他人是否已接种疫苗。
- 他人已经接种疫苗多久。
- 对方未接种疫苗，但与您会面前已经过隔离。
- 佩戴口罩、保持社交距离等

虽然您已接种 COVID-19 疫苗，但是为了保护自己和他人，在公众场所遵循上述措施仍然很重要。在室内时，戴口罩遮住口鼻，尽量与其他人保持至少**6英尺（1.8米）**的距离。

如果接触到 COVID-19 患者，我需要隔离吗？

如果符合以下条件，您不需要隔离：

- 您已完全接种疫苗**并且**
- 您在接触患者后，没有出现任何 COVID-19 症状。

如果您还没有完成疫苗接种计划的所有剂量，您应该居家隔离**14天**。如果您出现了 COVID-19 症状，也需要居家隔离。

如果您接触到 COVID-19 患者，即使您已完全接种疫苗，也要在接触后 14 天内密切关注自己有无症状。如果出现症状，请告知医生。他们可能希望您接受检测。

我可以出去吃饭、听音乐会或观看体育赛事吗？

在户外聚会或用餐是最安全的。室内餐厅和其他场所仍然是 COVID-19 人际传播的高发区域。一些户外用餐帐篷会阻止空气流通，所以传播病毒的风险可能与室内用餐无异。你吃饭或饮水时无法戴口罩。许多场所的空气过滤效果可能很差。这些场所通常十分拥挤，人们都大声说话。这些因素都会增加疾病传播的风险。进行室外活动时，自由流通的空气，保持社交距离都有助于您更好地保障自己的安全。对于人群集聚的活动，甚至是户外活动，戴口罩仍然很重要。

可以旅行吗？

当您完全接种疫苗后，医生认为下列活动属于安全范畴：大多数情况下，您在旅行前或旅行后都无需隔离或进行 COVID-19 检测。有些地方可能仍希望您在旅行前进行检测。COVID-19 病毒的新毒株正在世界各地不断出现，牢记这点非常重要。这意味着有些地方具有更多的旅行和检测限制。如果您必须出行，请尽量避开拥挤人群，一直佩戴口罩，并经常洗手。

我现在该怎么办？

继续采取有助保护自己和他人的防护措施。

- 如果您在室内以及周围有其他人，需戴布口罩遮住口鼻。
- 保持社交距离，在公共场合时与其他人保持至少 6 英尺（1.8 米）的距离。在人群聚集的环境中戴口罩。
- 避免与没有接种疫苗的非家人会面。
- 经常使用肥皂和水洗手，每次至少 20 秒钟，特别是在您咳嗽或打喷嚏后。如果没有肥皂和水，可使用酒精浓度在 60% 以上的含酒精洗手液。用洗手液揉搓双手至少 20 秒。
- 避免触摸自己的面部，尤其是口、鼻和眼睛。
- 用消毒剂擦拭您经常触碰的物体和表面。

消费者信息使用及免责声明:

这些信息不是特定的医疗意见，也不能替代您从您的医疗保健提供者处获得的信息。这仅是一般信息的简明概要。本信息并未包括有关状况、疾病、损伤、检查、手术、治疗、疗法、出院指导

或生活方式选择 (可能适用于您) 的所有信息。您必须向您的医疗保健提供者咨询**关于您的健康和治疗选择的完整信息**。不应使用本信息决定是否接受您的医疗保健提供者的意见、指导或建议。只有您的医疗保健提供者具备可为您提供适宜意见的知识并接受过相应培训。

Last Updated 7/14/21



© 2021 UpToDate, Inc. and its affiliates and/or licensors. All rights reserved.