



免责声明：本网站持续更新。在所有内容翻译完成之前，其中一些内容可能为英文。

全剂量接种疫苗后

如何保护您自己和他人

2021年7月27日更新

[打印](#)

让您和您的家人安全地参加活动

COVID-19

的 **传播程度严重或较高**，请在室内公共场所期间佩戴口罩。

- 如果您的免疫系统较弱，或者由于您的年龄较大或患有基础疾病导致您属于**重病高风险人群**，或者如果您的同住者免疫系统较弱、属于重病高风险人群或尚未接种疫苗，请您应务必佩戴口罩。如果以上情况符合您或您家庭的情况，不论您所在地区的传播程度如何，您都需要佩戴口罩。
- 如果法律、法规、规定或当地指导方针要求必须佩戴，您应该继续佩戴口罩。

 如果您还没有接种疫苗，[请查找疫苗](#)。



COVID-19疫苗可有效保护您免于生病。根据我们对COVID-19疫苗的了解，全剂量接种疫苗者可以恢复他们因疫情而停止的事情。

这些建议可以帮助您在全剂量接种疫苗后对日常活动做出决定。它们不适用于**医疗保健环境**。

您是否已经全剂量接种疫苗？

通常，以下情况被视为全剂量接种疫苗：⁺

- 对于如辉瑞或莫德纳疫苗等2剂量疫苗，在接种第二剂后2周，或
- 对于如强生的杨森疫苗这种单剂疫苗，在接种后2周

如果您不符合这些要求，无论年龄如何，均视为未全剂量接种疫苗。在完成全剂量接种疫苗之前，请坚持采取所有**预防措施**。

如果您存在某种健康状况或正在服用的药物会减弱免疫系统功能，即使您及时全剂量免疫接种也可能不会获得保护。您应继续采取未免疫接种者建议采取的所有**预防措施**，直至您的医疗服务提供者作出其他建议。

您可以做什么



如果您已全剂量接种疫苗：

- 可以恢复疫情前进行的活动。
- 为了降低Delta病毒变种的干扰风险，尽量防止将病毒传播给其他人，如果您所在地区的传播程度严重或较高，请在室内公共场所期间佩戴口罩。
- 如果您的免疫系统较弱，或者由于您的年龄较大或患有基础疾病导致您属于重病高风险人群，或者如果您的同住者免疫系统较弱、属于重病高风险人群或尚未接种疫苗，不论您所在地区的传播程度如何，您都需要佩戴口罩。
- 如果您在美国境内旅行，则旅行前后无需接受检测，旅行后无需自我隔离。
- 在美国境外旅行之前，您需要密切注意国际目的地的情况。
 - 除非目的地需要，否则您无需在离开美国前接受检测。
 - 在登上飞往美国的国际航班之前，您仍然需要出示阴性检测结果或COVID-19康复证明。
 - 您仍应在出国旅行后3-5天接受检测。
 - 到达美国后，您无需进行自我检疫隔离。
- 如果您身边有人感染了COVID-19，即使您没有症状，您也应该在接触感染者后3-5天进行检测。在接触后的14天内，或直至得到阴性检测结果为之前，您都应该在室内公共场所佩戴口罩。如果您的检测结果为阳性，您应该进行10天的隔离。

您应该继续做什么



如果目前您已全剂量接种疫苗：

- 您仍需遵守工作场所和当地企业的指导方针。
- 如果您旅行，您仍应采取措施保护自己和其他人。
- 乘坐飞机、巴士、火车和其他公共交通工具旅行进入美国、在美国境内旅行或离开美国以及在美国交通枢纽（例如机场和车站）室内时必须佩戴口罩遮住口鼻。旅客在运输工具室外区域（如露天的渡船甲板或巴士上层）则无需佩戴口罩。
- 已全剂量接种疫苗的国际旅客飞往美国时仍需在乘坐飞机进入美国前3天进行检测（或出示过去3个月内的COVID-19康复证明文件），并且仍应在旅行结束后的3-5天进行检测。
- 您还应该观察COVID-19的症状，尤其是如果您曾经接触过病人。如果您出现了COVID-19的症状，您应该进行检测，待在家中，远离他人。如果您的检测呈阳性，您应该居家隔离10天。
- 存在某种健康问题或正在服用某种会减弱免疫系统功能药物的人应继续采取未免疫接种者建议采取的所有预防措施，直至其医疗服务提供者作出其他建议。

我们已了解的

- COVID-19疫苗可安全有效地预防COVID-19，包括重病和死亡。
- COVID-19疫苗可以有效应对因感染COVID-19致病病毒变种引起的重病和死亡，这种变种病毒（包括Delta变种）目前已开始在美国传播。
- 即使是Delta变种病毒，也只是一小部分的全剂量接种疫苗者会感染病毒。如果已接种疫苗的人群发生了感染，病情通常属于轻微。

- 如果您已全剂量接种了疫苗，并感染了Delta变种病毒，您仍会将病毒传播给其他人。
- 免疫系统功能降低的人群（包括服用免疫抑制药物的人）即使全剂量免疫接种也可能未获得保护。

我们仍在了解

- COVID-19疫苗能够保护人们多长时间。

想了解更多关于这些建议的信息吗？阅读我们详细的[全剂量接种疫苗人群临时公共卫生建议](#)。

± 本指导方针适用于美国食品药品监督管理局目前授权紧急使用的COVID-19疫苗：辉瑞-生物科技、莫德纳和强生 (J&J)/杨森COVID-19疫苗。本指导方针还可适用于世界卫生组织授权紧急使用的COVID-19疫苗（如阿斯利康/牛津大学疫苗）。

相关页面

- › [全剂量接种疫苗人群临时公共卫生建议](#)
- › [科学简报：公共卫生建议的背景依据和证据](#)
- › [医疗人员免疫接种后的感染控制](#)

2021年7月27日最后更新