

مرض فيروس كورونا 2019

الحجر الصحي بعد التعرض المحتمل لكوفيد-19

تواصل الجهات المعنية تطوير توصيات الصحة العامة المتعلقة بكوفيد-19 وتحدثها كلما توفرت أدلة علمية جديدة. وقد أصدرت مراكز السيطرة على الأمراض والوقاية منها (CDC) في الثاني من ديسمبر عام 2020، موجزًا علميًا مع أخذ تقليل فترة الحجر الصحي للأشخاص المحتمل تعرضهم لكوفيد-19 بعين الاعتبار. وعدلت إدارة الصحة في ولاية أوهايو (ODH) هذا الدليل الإرشادي بما يتناسب مع تلبية الاحتياجات الخاصة لولايتنا ومع أخذ ظروفنا المحلية ومواردنا بعين الاعتبار.

تدعم التوصيات المتعلقة بالحجر الصحي التي كیفتها ODH، الاستخدام الفعال للموارد وتقليل مخاطر نقل العدوى في فترة ما بعد الحجر الصحي. وقد تأخذ مرافق الرعاية الصحية، بالتشاور مع الإدارات الصحية المحلية، أيضًا بعين الاعتبار استراتيجيات CDC للتخفيف من نقص أعداد موظفي الرعاية الصحية.

خيارات الحجر الصحي الموصى بها من قبل ODH بعد التعرض المحتمل لكوفيد-19

الإجراءات الموصى بها	مدة الحجر الصحي	
حافظ على مسافة اجتماعية (سنة أقدام على الأقل) من الآخرين وارتيقًا عند وجود أشخاص آخرين. راقب الأعراض بنفسك خلال الـ 14 يومًا . (تحقق من درجة حرارتك مرتين يوميًا، وراقب ظهور الحمى أو السعال أو ضيق التنفس أو أعراض كوفيد-19 الأخرى). الأشخاص الذين تظهر عليهم أعراض كوفيد-19 أو الذين تظهر نتائج اختباراتهم إيجابية لكوفيد-19، يجب أن يعزلوا أنفسهم ذاتيًا ويتبعوا توصيات بوقف العزل.	ابق في المنزل لمدة 14 يومًا* على الأقل بعد آخر تعرض للإصابة. * تتيج فترة الحجر الصحي لمدة 14 يومًا أقل مخاطر نقل العدوى في فترة ما بعد الحجر الصحي. وهذه الاستراتيجية مفضلة في حالات الأشخاص الذين يعيشون أو يعملون أو يزورون مرافق العيش الجماعي أو أماكن العمل المكثسة أو الأماكن الأخرى التي يكون فيها الانتقال المحتمل للعدوى واسع النطاق أو الاتصال <u>بأشخاص يواجهون مخاطر متزايدة للتعرض لحالات مرضية شديدة من كوفيد-19 أمرًا ممكنًا.</u>	المدة المثالية لتقليل مخاطر نقل العدوى
حافظ على مسافة اجتماعية (سنة أقدام على الأقل) من الآخرين وارتيقًا عند وجود أشخاص آخرين. راقب الأعراض بنفسك خلال الـ 14 يومًا . (تحقق من درجة حرارتك مرتين يوميًا، وراقب ظهور الحمى أو السعال أو ضيق التنفس أو أعراض كوفيد-19 الأخرى). خذ بعين الاعتبار إجراء اختبار الكشف عن الفيروس قبيل انتهاء هذه المدة (في اليوم الثامن أو بعده) لترفع نسبة اليقين من عدم وجود العدوى، ولكن لا يمكنك قطع الحجر الصحي قبل اليوم العاشر. الأشخاص الذين تظهر عليهم أعراض كوفيد-19 أو الذين تظهر نتائج اختباراتهم إيجابية لكوفيد-19، يجب أن يعزلوا أنفسهم ذاتيًا ويتبعوا توصيات بوقف العزل.	ابق في المنزل لمدة 10 أيام* على الأقل بعد آخر تعرض للإصابة.	المدة المخففة الأولى
حافظ على مسافة اجتماعية (سنة أقدام على الأقل) من الآخرين وارتيقًا عند وجود أشخاص آخرين. راقب الأعراض بنفسك خلال الـ 14 يومًا . (تحقق من درجة حرارتك مرتين يوميًا، وراقب ظهور الحمى أو السعال أو ضيق التنفس أو أعراض كوفيد-19 الأخرى). الأشخاص الذين تظهر عليهم أعراض كوفيد-19 أو الذين تظهر نتائج اختباراتهم إيجابية لكوفيد-19، يجب أن يعزلوا أنفسهم ذاتيًا ويتبعوا توصيات بوقف العزل.	نتيجة اختبار سلبية لفيروس سارس-كوف-2 (الفيروس المسبب لكوفيد-19) من عينة جُمعت في اليوم الخامس بعد آخر تعرض أو بعد ذلك والبقاء في المنزل على الأقل لمدة سبعة أيام بعد آخر تعرض للإصابة.	المدة المخففة الثانية

أُنشأ في 3 ديسمبر، 2020.

لمزيد من المعلومات، يُرجى زيارة الموقع الإلكتروني coronavirus.ohio.gov.

للإجابة على أسئلتك المتعلقة بكوفيد-19، اتصل بنا على (1-833-427-5634) أسأل-إدارة الصحة بأوهايو (1-833-427-5634).

لا تقل أهمية صحتك العقلية عن صحتك الجسدية. فإذا كنت تعاني أنت أو أحد أحبائك من القلق بسبب جائحة كورونا، فالمساعدة متوفرة على مدار **24 ساعة**، خلال جميع أيام الأسبوع.

اتصل بخط الرعاية المخصص لكوفيد-19 على الرقم **1-800-720-9616**.