

فيروس كوفيد-19 (COVID-19)

إرشادات لـ الأشخاص الذين ثبتت إصابتهم بفيروس كوفيد-19

إذا ثبتت إصابتك بفيروس كوفيد-19، فمن المهم أن تتخذ الاحتياطات لحماية صحة الآخرين والحد من انتشار هذا المرض. توصي وزارة الصحة بعزل نفسك بغض النظر عن حالة اللقاح الخاصة بك، والقيام بما يلي:

1. تجنب الاختلاط المباشر بالآخرين.

- ابق في المنزل وتجنب التواصل مع الآخرين.
 - لا تذهب إلى العمل أو المدرسة خلال هذه الفترة.
 - اتصل بصاحب العمل أو المدرسة قبل العودة.
 - لا تقدم وزارة الصحة وثائق فيما يتعلق بالعودة إلى المدرسة أو العمل. يمكن العثور على إرشادات كوفيد-19 للشركات والمدارس على الرابط scdhec.gov/covid19
 - لا تستقل وسائل النقل العام أو سيارات الأجرة أو تشارك المركبات.
 - تجنب الذهاب إلى الأماكن المزدحمة (مثل مراكز التسوق والسينما) أو المشاركة في الأنشطة العامة.
 - تجنب الاختلاط بالآخرين في منزلك. على أفراد الأسرة أن يبقوا في غرفة أخرى أو يتم فصلهم عنك قدر الإمكان. على أفراد الأسرة استخدام غرفة نوم وحمام منفصلين، إذا كان ذلك متاحًا.
 - حافظ على مسافة بينك وبين الآخرين (حوالي 6 أقدام) وعدم السماح بدخول الزوار.
 - تجنب ملامسة الحيوانات الأليفة والحيوانات الأخرى. إذا كان يجب عليك رعاية حيوانك الأليف أو التواجد حول الحيوانات أثناء مرضك، فقم بغسل يديك قبل التعامل مع الحيوانات الأليفة وبعده وارتد قناع وجه أو كمامة من القماش.
 - اغسل يديك كثيرًا بالماء والصابون لمدة 20 ثانية على الأقل أو استخدم معقم يدين كحولي يحتوي على نسبة 60 إلى 95% كحول.
 - ارتد قناعًا مع الآخرين، ويجب يجب أن يرتدي الآخرون حولك قناع وجه عندما يكونون حولك.
 - تجنب مشاركة الأدوات الشخصية والمنزلية مثل الأطباق والفرش والمناشف والأشياء الأخرى. اغسل هذه الأشياء جيدًا بعد استخدامها.
- قم بتنظيف الأسطح "عالية اللمس" (مقابض الأبواب، وتجهيزات الحمام، والهواتف، وما إلى ذلك) بشكل متواتر باستخدام رذاذ أو مسحات منزلية معقمة.
 - إذا كان لديك اتصال وثيق (في غضون 6 أقدام لمدة 15 دقيقة أو أكثر) مع أي شخص خلال الفترة المعدية التي تبدأ قبل يومين من ظهور الأعراض (أو قبل يومين من الاختبار إذا لم تكن لديك أعراض) ، فقد تعرضت للفيروس. قم بإبلاغ اتصالاتك الوثيقة على الفور أنهم ربما يكونون قد تعرضوا للفيروس حتى يتسنى لهم معرفة ما يجب عليهم فعله، وإحالتهم إلى موقع وزارة الصحة على الإنترنت: scdhec.gov/covid19
 - توصي وزارة الصحة بأن تقوم بهذه الأنشطة حتى تتحسن الأعراض الظاهرة بشدة وتنقضي 5 أيام على الأقل على إصابتك بالمرض (حيث اليوم 0 هو أول يوم للأعراض) وتتخلص من الحمى دون استخدام الأدوية الخافضة للحرارة لمدة 24 ساعة. إذا لم تظهر عليك أي أعراض ولكن ثبتت إصابتك بفيروس كوفيد-19، فإن وزارة الصحة توصي بالقيام بهذه الأنشطة حتى تنقضي 5 أيام منذ تاريخ تقديمك عينة للفحص. إذا لم تظهر عليك أعراض بعد اليوم الـ5، يمكنك إنهاء العزلة ولكن يجب ارتداء قناع عندما تكون قرب الآخرين لمدة 5 أيام أخرى. إذا كنت غير قادر على ارتداء قناع عندما تكون حول الآخرين، يجب أن تستمر في العزل لمدة 10 أيام كاملة.
 - إذا كنت مصابًا بمرض شديد أو لديك ضعف شديد في جهاز المناعة، فقد تحتاج إلى عزل حتى تنقضي مدة 20 يومًا منذ بداية المرض وتتخلص من الحمى دون استخدام دواء خافض للحرارة لمدة 24 ساعة وتحسن الأعراض الظاهرة عليك. تحدث مع مقدم الرعاية الصحية الخاص بك حول العزل لهذه الفترة الطويلة.
 - تحدث إلى مقدم الرعاية الصحية الخاص بك حول خيارات العلاج المحتملة.

2. إذا كنت بحاجة إلى طلب رعاية طبية خلال هذا الوقت:

- اتصل بمقدم الرعاية الصحية الخاص بك قبل الذهاب إلى مكتبه/ عيادته.
- إذا كانت هناك حاجة إلى معالجة طبية طارئة لأي حالة، فاتصل برقم 911. أخبر موظف خط 911 وطاقم الطوارئ أنك في عزلة منزلية نتيجة إصابتك بفيروس كوفيد-19.

3. قم بتلقي اللقاح بعد أن تتعافى

- إذا لم يتم تطعيمك بالكامل، قم بتحديد موعد لبدء أو إكمال سلسلة لقاحات كوفيد-19. قم بزيارة scdhec.gov/vaxlocator أو اتصل بالرقم 1-866-365-8110 من أجل المساعدة حول الأسئلة والمعلومات المتصلة بلقاح كوفيد-19 .

تفضل بزيارة scdhec.gov/COVID19 للحصول على المزيد من المعلومات أو اتصل بخط الرعاية (CARELINE) على الرقم 1-885-472-3432 للأسئلة العامة.