

ماذا تفعل إذا كانت نتيجة اختبار كوفيد-19 إيجابية

1. ابدء بعزل نفسك حالا

- التزم في المنزل ما عدا الخروج للحصول على الرعاية الصحية
- ابتعد عن اى شخص اخر فى المنزل (اعزل نفسك فى غرفه منفصله , استخدم لو امكن دورة مياه منفصله)
- تحدث إلى مقدم الرعاية الأولية أو مقدم الرعاية العاجلة على الفور لمعرفة ما إذا كنت مؤهلاً لذلك العلاج. هذا مهم بشكل خاص لأولئك الذين يعانون من مخاطر عالية.
- اخبر رئيسك فى العمل بانك مصاب بكوفيد ١٩

٢. تذكر الافراد الذين تعاملت معهم فى اخر ٤٨ ساعه قبل شعورك بالاعراض او اجابيه النتيجة (ايهما كان الاول)

- اخبرهم بان نتيجته اختبارك ايجابية لكي يتبعوا ارشادات الحجر الصحى
- هذا مهم بشكل خاص ل جهات الاتصال الشخصية / المنزلية * والأشخاص الذين يعانون من نقص المناعة أو الأشخاص المعرضين لمخاطر عالية.* تشمل جهات الاتصال الشخصية / المنزلية أولئك الذين يعيشون معك ، أو ينامون معك ، أو مرافقي سيارات ، أو لديهم التعرض المباشر لإفرازات الجهاز التنفسي (مثل التقبيل ، مشاركة المشروبات ، تغيير الحفاضات ، إلخ).

تحسين الأعراض "يعني الأعراض الخاصة بك" "
تحسنت بشكل ملحوظ بعض الاعراض (مثل
التعب وفقدان حاسة الشم) قد تستمر لفترة أطول
..للأسئلة ، اتصل مقدم الرعاية الطبية الخاص بك

٣. فى اليوم الخامس , هل ليس لديك أعراضا والأعراض تحسنت بشكل ملحوظ

- **لو نعم**, تستطيع ان تتوقف عن عزل نفسك فى اليوم السادس. استعمل قناع محكم بشكل جيد بين الاخرين (بما فيهم افراد المنزل) حتى اليوم العاشر. إذا كنت لا تستطيع ارتداء قناع ، استمر في العزل لمدة 10 أيام كاملة

انظر الصفحة 3 من أجل
كيفية حساب الايام
بعد الاختبار الإيجابي

إذا كان الجواب بالنفي, لا يجب عليك أن تتوقف عن عزل نفسك. استمر في العزل حتى زوال الاعراض او مرور ١٠ ايام منذ ان كانت نتيجة اختبارك ايجابيه او ظهور الاعراض عليك لأول مره.

*لا ينبغي لأحد أن يترك العزل حتى يصبح خاليًا من الحمى لمدة 24 ساعة بدون الأدوية التي تخفض من الحمى.

إذا لم تزول الأعراض أو ساءت ، فاطلب الرعاية الطبية.

ملحوظة: إذا ظهرت عليك الأعراض بعد ايجابيه الاختبار، فستبدأ فترة العزل من جديد. اليوم صفر هو يومك الأول من العزل

عندما نقول ارتدي قناعًا ، فإننا نعني قناعًا جراحيًا أو KN95 أو N95 (ليس قناع من القماش!)



Washtenaw County Health Department

توصيات إضافية من وزارة الصحة في مقاطعة واشتيناو **WCHD** Washtenaw County Health Department

اتخاذ هذه الخطوات الإضافية يمكن أن يؤدي إلى تقليل خطر انتشار COVID-19 للآخرين.

- قم بإجراء اختبار **antigen** سريع في اليوم الخامس من العزل إن أمكن.
 - إذا كانت النتيجة سلبية ، فأنتهي العزل في اليوم السادس وارتدي قناعًا حول الآخرين حتى اليوم العاشر.
 - إذا كانت النتيجة إيجابية ، استمر في العزل حتى اليوم 10.
- إذا أنهيت العزل في اليوم السادس ، فكن أكثر حذرًا حتى اليوم العاشر. حد من التواجد حول الآخرين بقدر ما تستطيع.
- إذا كنت تتواجد في كثير من الأحيان بالقرب من التجمعات لأشخاص معرضين للخطر (على سبيل المثال ، الذين يعانون من نقص المناعة أو كبار السن):
 - ضع في اعتبارك الاستمرار في العزل لفترة أطول (10 أيام كاملة).
 - إذا قررت التوقف عن العزل قبل انقضاء 10 أيام ، فقم بإجراء اختبار **antigen** سريع . إذا كانت إيجابية ، ضع في اعتبارك العزل لمدة 10 أيام كاملة.

إذا كنت بحاجة إلى خطاب عزل أو حجر صحي لصاحب العمل ، فأرسل بريدًا إلكترونيًا إلى health@washtenaw.org أو اتصل على

734-544-6700 واترك رسالة

هذه إرشادات عامة للسكان. قد تحتوي بعض الأماكن مثل المدارس ومرافق الرعاية الصحية وأماكن التجمع على إرشادات إضافية.

آخر تحديث 3/16/2022 لمعلومات عرضة للتغيير في أي وقت.

تعرف على المزيد حول ما يجب القيام به إذا كنت مريضًا أو معرضًا لخطر الإصابة على

www.washtenaw.org/COVID19whattodo

ماذا تفعل إذا تعرضت لشخص مصاب بـ COVID-19

(دليل / توجيهات الحجر الصحي للمحيطين المقربين)

إذا كان الشخص الذي تعرضت له كان جهة اتصال شخصية أو منزلية:

تشمل جهات الاتصال الشخصية / المنزلية أولئك الذين يعيشون معك ، أو ينامون معك ، أو مرافقي سيارات ، أو لديهم اتصال مباشر

التعرض لإفرازات الجهاز التنفسي (مثل التقبيل ، مشاركة المشروبات ، تغيير الحفاضات ، إلخ).

راقب الأعراض لمدة 10 أيام.

اختبر مرة واحدة على الأقل إن أمكن بعد 3-7 أيام من التعرض (إذا ظهرت الأعراض ، اختبر بالتأكيد).

ارتد كمامة مناسبة لمدة 10 أيام من تاريخ آخر تعرض وذلك لحماية الآخرين. إذا كنت غير قادر أو

غير راغب في ارتداء القناع, الحجر الصحي في المنزل لمدة 10 أيام.



Washtenaw County Health Department

تجنب الأنشطة أو الأنشطة بدون قناع التي تنطوي على مخاطر أكبر للأفراد المعرضين للخطر لمدة 10 أيام

من تاريخ آخر تعرض. *

إذا لم يكن الشخص الذي تعرضت له جهة اتصال شخصية أو منزلية:

(على سبيل المثال ، تعرضت في مجتمع أو اجتماعي أو مكان عمل)

- راقب الأعراض لمدة 10 أيام.
 - اختبر إذا ظهرت عليك الأعراض.
 - ضع في اعتبارك ارتداء قناع مناسب لمدة 10 أيام من تاريخ آخر تعرض
- لحماية الآخرين. كحد أدنى ، ارتد قناعًا في الأماكن ذات الخطورة العالية للأفراد ذو المناعة الضعيفة
- تجنب الأنشطة بدون قناع أو الأنشطة التي تنطوي على مخاطر أكبر للأفراد ذو المناعة الضعيفة
- لمدة 10 أيام من تاريخ آخر تعرض.

* النشاطات التي تنطوي على مخاطر أكبر للأفراد ذو المناعة الضعيفة قد تتضمن : الانشطة بدون قناع , التعامل مع الافراد ذو المناعة الضعيفة , او الافراد المعرضين للعدوى بشكل كبير, الانشطة الاجتماعيه او الترفيهيه في الاماكن العامه.

إذا ظهرت عليك أعراض ، فتجنب الآخرين واخضع للفحص (PCR or rapid antigen).

إذا كانت إيجابية ، فاتبع إرشادات العزل. إذا كانت سلبية ، ابق في المنزل حتى تختفي الأعراض.

إذا ساءت الأعراض أو تغيرت ، فقم بالمتابعة مع مقدم الرعاية الطبية وفكر في إجراء اختبار آخر.

عندما نقول ارتداء قناع ، فإننا نعني قناعًا جراحيًا أو KN95 أو N95 (وليس قطعة قماش!)

توصيات إضافية من وزارة الصحة في مقاطعة واشتاتاو: Washtenaw County Health Department WCHD

يمكن أن يؤدي اتخاذ هذه الخطوات الإضافية إلى تقليل خطر انتشار COVID-19 للآخرين.

إذا كنت تتواجد في كثير من الأحيان بالقرب من الافراد المعرضين للخطر (على سبيل المثال ، الذين يعانون من نقص المناعة أو كبار السن):

ضع في اعتبارك البقاء في المنزل / الحجر الصحي لمدة 10 أيام كاملة بعد التعرض

إذا كنت بحاجة إلى خطاب عزل أو حجر صحي لصاحب العمل ، فأرسل بريدًا إلكترونيًا إلى health@washtenaw.org أو اتصل على

734-544-6700 واترك رسالة.

* هذه إرشادات عامة للسكان. قد تحتوي بعض الأماكن مثل المدارس ومرافق الرعاية الصحية وأماكن التجمع على إرشادات إضافية

آخر تحديث 3/16/2022 المعلومات عرضة للتغيير في أي وقت.

تعرف على المزيد حول ما يجب القيام به إذا كنت مريضًا أو معرضًا لخطر الإصابة على

كيف نحسب الأيام بعد

نتيجة الاختبار الايجابية أو التعرض لـ COVID-19

توصية WCHD: إذا كنت غالبًا بالقرب من مجموعات سكانية ضعيفة ، ففكر في استمرار العزلة من أجل 10 أيام كاملة (في حالة القيام بذلك ، سيكون اليوم 11 عندما تنتهي من العزلة).

الأحد	الاثنين	الثلاثاء	الأربعاء	الخميس	جمعة	السبت
إذا كانت نتيجة الاختبار ايجابية او بدأت تشعر بالاعراض ابدء بالعزل اليوم 0	اليوم 1	يوم 2	يوم 3	يوم 4	يوم 5 إذا لم يكن لديك الأعراض أو إذا الأعراض اختفت هذا يمكن أن يكون اليوم الأخير في العزل	يوم 6 إذا لم يكن لديك الأعراض أو إذا الأعراض اختفت هذا يمكن أن يكون اليوم الأخير في العزل
اليوم 7	اليوم 8	اليوم 9	اليوم 10	اليوم 11	* استمر في ارتداء المقاس المناسب للقناع عند وجود الآخرين حتى اليوم 11 + خذ اختبار rapid antigen هذا اليوم لتحديد الخطوات التالية ، إذا كان مستطاع	



Washtenaw County Health Department

إذا كان الشخص الذي تعرضت له جهة اتصال شخصية أو منزلية:

الأحد	الاثنين	الثلاثاء	الأربعاء	الخميس	جمعة	السبت
أنت تعرضت للعدوى ارتدقناعًا مناسبًا جيدًا حول الأخريين اليوم 0	اليوم 1	اليوم 2	اليوم 3	اليوم 4	اليوم 5	اليوم 6
				يمكنك التوقف عن ارتداء القناع حول الأخرين اليوم 11		
اليوم 7	اليوم 8	اليوم 9	اليوم 10			



Washtenaw County Health Department

إذا لم يكن الشخص الذي تعرضت له جهة اتصال شخصية أو منزلية:

الأحد	الاثنين	الثلاثاء	الأربعاء	الخميس	جمعة	السبت
انت مفروض ان ترتدى قناعاً مناسباً حول الآخرين.						
اليوم 0	اليوم 1	اليوم 2	اليوم 3	اليوم 4	اليوم 5	اليوم 6
				يمكنك التوقف عن ارتداء القناع المناسب حول الآخرين		
اليوم 7	اليوم 8	اليوم 9	اليوم 10	اليوم 11		

توصية WCHD لأولئك الذين تعرضوا لـ COVID-19: إذا كنت غالباً بالقرب من السكان المعرضين للخطر ، ففكر في ذلك البقاء في المنزل / الحجر الصحي لمدة 10 أيام كاملة بعد التعرض (في حالة القيام بذلك ، سيكون اليوم 11 عندما تنتهي من العزلة).

هذه هي المبادئ التوجيهية لعامة السكان. قد تحتوي بعض الأماكن مثل المدارس ومرافق الرعاية الصحية وأماكن التجمع على إرشادات إضافية.

إذا كنت أحد العاملين في مجال الرعاية الصحية ، فراجع إرشادات "إدارة موظفي الرعاية الصحية" الخاصة بمراكز السيطرة على الأمراض والوقاية منها (CDC) للحصول على تفاصيل بشأن العاملين في مجال الرعاية الصحية.

آخر تحديث 3/16/2022. المعلومات عرضة للتغيير في أي وقت...

تعرف على المزيد حول ما يجب القيام به إذا كنت مريضاً أو معرضاً لخطر الإصابة على

www.washtenaw.org/COVID19whattodo