

فيروس كورونا المستجد 2019 (COVID-19):

إذا كنت مصاباً بفيروس كورونا المستجد 2019 (COVID-19)، فمن المهم أن تخبر الأشخاص الذين كنت مخالطاً لهم أثناء العدوى. إخبار الأشخاص المخالطين لك باحتمالية تعرضهم لفيروس كورونا المستجد 2019 (COVID-19)، يساهم في حمايتهم وحماية الآخرين في مجتمعك.

المخالطة تعني أن شخصاً أقرب منك أثناء إصابتك بفيروس كورونا المستجد 2019 (COVID-19). اعرف المزيد [هنا](#).

- تعتبر معدياً بدءاً من يومين قبل أن تشعر بالمرض (أو قبل يومين من جمع العينات منك إذا لم تظهر عليك الأعراض مطلقاً) حتى انتهاء الحجر الصحي.



يمكنك الاتصال أو إرسال رسالة نصية أو إرسال بريد إلكتروني إلى الأشخاص المخالطين لك. الرسالة النموذجية التي ترسل إلى الأشخاص المخالطين لك يمكن أن تتضمن ما يلي: "مرحباً. تم تشخيص إصابتي بفيروس كورونا المستجد 2019 (COVID-19). إنني أتواصل معك لأنك قد تكون تعرضت للخطر عندما التقينا آخر مرة. توصي دائرة الصحة بما يلي:

- البقاء في المنزل (في الحجر الصحي) ومراقبة صحتك حتى يصبح من الآمن التواجد مع الآخرين. هناك بعض الاستثناءات (على سبيل المثال، الأشخاص الذين تم تطعيمهم بالكامل أو الذين تم شفاؤهم مؤخراً).
- اتصل بمقدم الرعاية الصحية الخاص بك للإستفسار عن إجراء الفحص أو اضغط هنا للعثور على موقع إجراء الفحص الأقرب لك. تعرف على المزيد حول موعد إجراء الفحص [هنا](#).
- اطلب العناية الطبية على الفور إذا كانت لديك حالة طبية طارئة. تتضمن علامات التحذير الطارئة لفيروس كورونا المستجد (COVID-19) صعوبة في التنفس، أو ألم أو ضغط في الصدر، أو حالة مرضية جديدة على الشخص، أو بشرة شاحبة أو رمادية أو زرقاء اللون، شفاه أو أظافر شاحبة، حسب لون البشرة.
- حافظ على المسافة بينك وبين الآخرين (6 أقدام على الأقل) بما في ذلك في منزلك، إن أمكن. استخدم غرفة نوم وحمام منفصلين، إذا أمكن.
- ارتدي قناعاً أو غطاءً من القماش للوجه يلائم وجهك بإحكام ويعطي أنفك وفمك عند التوصية بذلك.
- اغسل يديك بشكل متكرر بالماء والصابون لمدة 20 ثانية على الأقل أو استخدم معقم اليدين ذو الأساس الكحولي.
- نظف بانتظام الأسطح المعرضة للمس بشكل أكثر. عقم منزلك عندما يكون شخص ما مريضاً أو إذا كان شخص ما تم تشخيصه بالإصابة بفيروس كورونا المستجد (COVID-19) في منزلك خلال الـ 24 ساعة الماضية.
- أجب على المكالمة. سيسألك قسم الصحة المحلي الاتصال بك لتقديم المزيد من التوصيات.
- إذا كانت نتيجة فحص فيروس كورونا (COVID-19) إيجابية، فالنزم المنزل (اعزل نفسك) واتبع التوصيات. قم بإخبار الأشخاص المخالطين لك بالإرشادات التي أقدمها لك اليوم.

فيروس كورونا المستجد (كوفيد-١٩): كيف تخطر المخالطين لك

اليوم الأول من ظهور الأعراض (أو إذا لم تظهر الأعراض مطلقاً، اليوم الذي تم الاختبار لكورونا (كوفيد ١٩) وكانت النتيجة إيجابية):

بعد طرح يومين: _____ (بداية الفترة المعدية)

أمور يجب التفكير بها. هل قمت مؤخراً بما يلي:

- الذهاب إلى أي مواعيد شخصية؟
- الذهاب إلى العمل أو المدرسة؟
- الركوب في سيارة مع آخرين أو ركوب وسائل النقل العام؟
- الاجتماع مع الآخرين؟
- الذهاب إلى متجر شخصياً؟
- زيارة مكان للعبادة؟

ضع قائمة بجميع الأشخاص الذين كانوا في منزلك عندما كنت مُعدياً (بما في ذلك الأشخاص الذين يعيشون معك، أو الأشخاص الذين ربما زاروك، أو الأشخاص الذين يقدمون خدمات منزلية):

ضع قائمة بالأشخاص الآخرين الذين كنت على اتصال وثيق بهم عندما كنت معدياً، في العمل أو المدرسة:

في منزلك أو بالقرب منه:

في أي مكان آخر قمت بزيارته:
