

متى يكون التواجد حول الآخرين أمناً:
إنهاء العزلة في أماكن خلاف أماكن الرعاية الصحية

بالنسبة للأشخاص الذين تم التأكد من إصابتهم أو يشتبه في إصابتهم بكوفيد-19، بغض النظر عن حالة التطعيم، ليعرفوا متى من المرجح أن يكونوا غير ناقلين للعدوى.

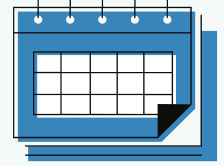
إذا كانت لديك أعراض مرض فيروس كورونا (COVID-19) وتم توجيهك للاعتناء بنفسك في المنزل، فيمكنك مغادرة "غرفة المرض" والمنزل بعد حدوث هذه الأشياء الثلاثة:

- ✓ إذا مرت 10 أيام على الأقل منذ ظهور الأعراض لأول مرة، و
- ✓ إذا مرت 24 ساعة على الأقل بدون حمى وبدون تناول أدوية خافضة للحمى، و
- ✓ تحسنت الأعراض الأخرى.*

*لاحظ أن فقدان حاسة التذوق أو الشم قد يستمر لأسابيع أو شهور وهذا لا ينبغي أن يؤخر انتهاء العزلة

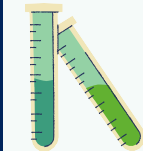


استراتيجية قائمة على
الأعراض

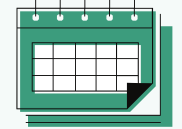


إذا ثبتت إصابتك بفيروس كورونا المُستجد (COVID-19) ولم تظهر عليك أي أعراض من قبل وتم توجيهك للاعتناء بنفسك في المنزل، فيمكنك مغادرة "غرفة المرض" والمنزل إذا:

- ✓ مرت 10 أيام على الأقل منذ تاريخ أول اختبار إيجابي لفيروس كورونا (COVID-19)، و
- ✓ ما زلت لا تعاني من أي أعراض منذ الاختبار.



استراتيجية قائمة
على الوقت



قد يحتاج الأشخاص المصابون بكوفيد-19 الذين يعانون من مرض شديد أو من جهاز مناعي ضعيف إلى البقاء في المنزل لفترة أطول من 10 أيام. ويمكن لهؤلاء الأشخاص التفكير في استخدام استراتيجية قائمة على الاختبار لإنهاء العزل، باستشارة أخصائي الأمراض المعدية.

- قد يكون من المطلوب الحصول على إطار زمني أطول بعد الشفاء لتقليل فرصة الانتشار الفيروسي النشط المطول (1) أفراد الرعاية الصحية المخالطين للأشخاص المعرضين لمخاطر عالية في حالة الإصابة الشديدة بفيروس كورونا المُستجد (COVID-19) و (2) الأشخاص الذين يعانون من حالات قد تضعف جهاز المناعة لديهم. يجب على هؤلاء الأشخاص استشارة مقدم الرعاية الصحية الخاص بهم.
- يجب استبعاد موظفي الرعاية الصحية من العمل أثناء العزل، ثم اتباع ممارسات العودة إلى العمل وقيود العمل الخاصة بالتحكم الشامل بالمصادر والمراقبة الذاتية للأعراض.
- استناداً إلى إرشادات مركز مكافحة الأمراض والوقاية منها (CDC) إيقاف العزل في الأماكن غير أماكن الرعاية الصحية التي تهدف إلى منع معظم حالات مزيد من الانتشار.

إذا كنت مخالطًا لشخص مصاب بفيروس كورونا (COVID-19) عندما كان معديًا*، فاخضع للاختبار وراقب الأعراض واتبع جميع التوصيات (على سبيل المثال، ارتد قناعًا وراقب المسافة بينك وبين الآخرين واغسل يديك كثيرًا) لمدة 14 يومًا بعد التعرض الأخير،

باستثناء: في مرافق طلاب الروضة إلى الصف الثاني عشر، لا يُعتبر الطالب الذي يبعد من 3 إلى 6 أقدام من الطالب المصاب على اتصال وثيق طالما أن كليهما يرتديان أقنعة مناسبة طوال الوقت. يمكن أيضًا تطبيق هذا الاستثناء على الحافلات المدرسية إذا تم توثيق مخططات الجلوس والتحقق من الالتزام بتعيين المقاعد واستخدام القناع.

*يعتبر الشخص المصاب بفيروس كورونا (COVID-19) معديًا بدءًا من يومين قبل أن يمرض (أو يومين قبل جمع عينات الاختبار إذا لم تظهر عليه الأعراض مطلقًا) حتى يستوفي معايير التوقف عن العزلة.

تشمل مخالطة الأشخاص عن قرب ما يلي:

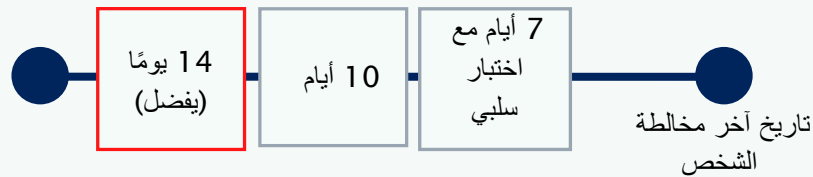
- أن تكون على بعد 6 أقدام من شخص مصاب بفيروس كورونا (COVID-19) لمدة 15 دقيقة أو أكثر خلال فترة 24 ساعة، أو
- التعرض لإفرازات الجهاز التنفسي (على سبيل المثال، التعرض للسعال أو العطس؛ مشاركة كأس أو أواني للشرب؛ التقبيل) من شخص مصاب بفيروس كورونا (COVID-19)، أو
- الإقامة مع شخص مصاب بفيروس كورونا (COVID-19) أو تقديم الرعاية له

المخالطين من غير أفراد الأسرة

توصي وزارة الصحة بولاية فرجينيا (VDH) بالحجر الصحي (البقاء في المنزل) لمدة 14 يومًا بعد تاريخ آخر مخالطة مع الشخص المصاب بفيروس كورونا (COVID-19). إذا لم تكن قادرًا على البقاء في المنزل لمدة 14 يومًا ولم تكن لديك أعراض، فيمكنك مغادرة المنزل مبكرًا ٨:

بعد 10 أيام بدون اختبار؛ أو ينتهي عزل المخالطين من غير أفراد الأسرة

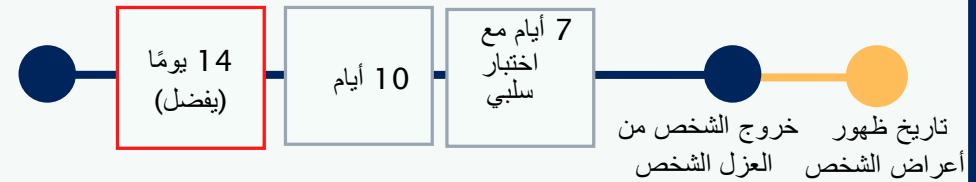
من الحجر الصحي إن لم يكن مريضًا بعد 7 أيام من اختبار سلبي لفيروس كورونا (PCR) أو اختبار أجسام مضادة سلبي يتم إجراؤه في اليوم الخامس أو بعده.



المخالطين من أفراد الأسرة

توصي وزارة الصحة بولاية فرجينيا (VDH) بالحجر الصحي (البقاء في المنزل) أثناء تواجد الشخص المصاب في المنزل ولمدة 14 يومًا بعد خروج الشخص من العزل (لأن التعرض يعتبر مستمرًا داخل المنزل).** إذا لم تتمكن من البقاء في المنزل لمدة 14 يومًا إضافيًا ولم تكن لديك أعراض، فيمكنك مغادرة المنزل مبكرًا ٨:

- بعد 10 أيام بدون اختبار؛ أو
- بعد 7 أيام من اختبار سلبي لفيروس كورونا (PCR) أو اختبار أجسام مضادة سلبي يتم إجراؤه في اليوم الخامس أو بعده. ينتهي عزل المخالطين من أفراد الأسرة بداية من الحجر الصحي إذا لم يكن مريضًا



** إذا كنت قادرًا على الانفصال التام عن الشخص الموجود في منزلك المصاب بفيروس كورونا المُستجد (COVID-19) (هذا يعني عدم وجود مخالطة، وعدم قضاء الوقت معًا في نفس الغرفة وعدم مشاركة في أي المساحات مثل الحمام أو غرفة النوم)، فاتبع الإطار الزمني للمخالطين لغير أفراد الأسرة.

٨ اتبع توصيات الحجر الصحي المحلي، بما في ذلك تلك الواردة من مدرستك أو دار رعايتك أو مكان عملك، لأنه قد تكون هناك حاجة إلى مدة 14 يومًا كاملة.



يمكن تقييم حالة موظفي الرعاية الصحية (HCP) الذين لا يعانون من أعراض والمعرضين للإصابة بسبب العمل مع المرضى أو الزوار أو غيرهم من موظفي الرعاية الصحية (HCP) [المصابين بفيروس كورونا COVID-19](#) وتقديم المشورة بشأن قيود العمل لمدة 14 يومًا بعد تعرضهم الأخير للفيروس. تشمل التعرضات للفيروس المخالطة مع عدم استخدام معدات الحماية الشخصية المناسبة، خاصةً في العمليات التي ينتج عنها الرذاذ. في حالة حدوث نقص في الموظفين، قد لا يكون من الممكن استبعاد موظفي الرعاية الصحية المعرضون للفيروس ممن لا يعانون من أعراض (HCP) من العمل؛ انظر استراتيجيات مراكز مكافحة الأمراض والوقاية منها (CDC) [للتخفيف من النقص في أعداد موظفي الرعاية الصحية \(HCP\)](#). لا يحتاج موظفو الرعاية الصحية الذين لا يعانون من أعراض والذين تم تطعيمهم بالكامل ضد فيروس كورونا COVID-19 - والذين ليس لديهم حالة مسببة لنقص المناعة، إلى البقاء في المنزل الحجر الصحي (أو منعهم من العمل بعد التعرض لمكان العمل أو المجتمع، ولكن يجب عمل فحوصات لهم. يجب أن يستمر موظفو الرعاية الصحية (HCP) في اتباع [جميع التوصيات الخاصة بالسفر](#).

العاملون بمنشآت الرعاية الصحية



الأشخاص ممن:

- أصيب بفيروس كورونا المُستجد (COVID-19) خلال الأشهر الثلاثة الماضية طالما لم تظهر عليهم أعراض جديدة.
 - يجب أن يتم إجراء اختبار لهم بعد 5-7 أيام من التعرض للفيروس وأن يرتدوا قناعًا في الأماكن العامة الداخلية لمدة 14 يومًا أو إلى أن تصبح نتيجة اختبارهم سلبية.
 - التطعيم الكامل يعني مرور أسبوعين أو أكثر منذ تلقي الجرعة الثانية في سلسلة من جرعتين، أو مرور أسبوعين أو أكثر منذ تلقي جرعة واحدة اللقاح ذي الجرعة الواحدة.
 - إذا كنت تعاني من حالة طبية أو كنت تتناول أدوية تضعف جهازك المناعي، فقد لا تكون محميًا حماية كاملة حتى إذا كنت قد تلقيت التطعيمات الكاملة. استمر في اتخاذ [جميع الاحتياطات](#) الخاصة بالأشخاص غير المطعمين حتى ينصحك مقدم الرعاية الصحية بخلاف ذلك.
- يجب على الأشخاص الذين لا يُطلب منهم الحجر الصحي بعد التعرض للفيروس الانتباه لظهور أعراض فيروس كورونا المُستجد (COVID-19) لمدة 14 يومًا. يجب على الأشخاص الذين لم يتم تطعيمهم بالكامل اتباع جميع التوصيات الأخرى حتى يتم تطعيمهم بالكامل (الفتاع، المسافة، تجنب الحشود والمناطق سيئة التهوية، غسل اليدين كثيرًا).

من الذي لا يحتاج للحجر الصحي بعد التعرض للفيروس

صفحة 1

تمت إضافة "بعض النظر عن حالة التطعيم" إلى النص الموجود في المربع الأصفر
"تم تغيير المرجع من "المرض الشديد إلى الخطير" إلى "شديد المرض" ومن "ضعف المناعة الشديد" إلى "الجهاز المناعي الضعيف"

صفحة 2

تم تغيير العنوان للإشارة إلى الأشخاص الذين لم يتم تطعيمهم بالكامل: "عندما يكون من الأمان التواجد حول الآخرين: إنهاء الحجر الصحي للأشخاص المعرضين الذين لم يتم تطعيمهم بالكامل"

صفحة 3

"تم تغيير العنوان للإشارة إلى مواقف خاصة: "عندما يكون من الأمان التواجد حول الآخرين: إنهاء الحجر الصحي للأشخاص المعرضين في مواقف خاصة في قسم "من الشخص الذي لا يحتاج إلى الحجر الصحي بعد التعرض"، تم تغيير الإطار الزمني الموصى به للاختبار بعد التعرض بالنسبة للأشخاص الذين تم تطعيمهم بالكامل من المحدثّة (CDC) 3-5 أيام إلى 5-7 أيام تماشيًا مع إرشادات مركز السيطرة على الأمراض والمعرضين لفيروس (CDC) تم حذف قسم "عمال البنية التحتية أصحاب الحالات الحرجة" وحذف الإشارة إلى العمال أصحاب الحالات الحرجة في مركز السيطرة على الأمراض كوفيد-19 في أسفل الصفحة