

مرض فيروس كورونا (COVID-19): الحجر الصحي في المنزل



ما تحتاج إلى معرفته

يُستخدم الحجر الصحي لإبعاد شخص ربما يكون قد تعرض لمرض فيروس كورونا (COVID-19) عن الآخرين. وهذا الإجراء يساعد على منع الانتشار الممكن حدوثه لمرض فيروس كورونا 2019 (COVID-19) قبل أن يعرف الشخص بشأن مرضه، أو إذا كان المصاب بعدوى لا يشعر بأعراض.

يُستخدم العزل لإبعاد شخص مصاب أو مشتبه في إصابته بمرض فيروس كورونا (COVID-19) عن الآخرين، حتى داخل منزله.



ينبغي لك البقاء في حجر صحي لمدة 14 يومًا من بعد آخر تعرّض لك لمرض فيروس كورونا (COVID-19)، في الحالات التالية:

- إذا كنت على اتصال وثيق (داخل مسافة 6 أقدام لمدة 15 دقيقة على الأقل خلال فترة 24 ساعة أثناء فترة العدوى) مع شخص مصاب أو مشتبه في إصابته بمرض فيروس كورونا (COVID-19).
- إذا أبلغك مقدم الرعاية الصحية (الطبيب) أو الإدارة الصحية المحلية باحتمالية تعرضك للفيروس وحاجتك للحجر الصحي.

خلال فترة بقاءك في الحجر الصحي المنزلي، ينبغي لك الآتي:



المحافظة
على مسافة
6 أقدام
من غيرك

إذا اضطرت إلى الخروج، فتجنب الاتصال الوثيق وابتعد عن الآخرين مسافة لا تقل عن 6 أقدام. وارتدِ كامامة قماشية في الخارج.

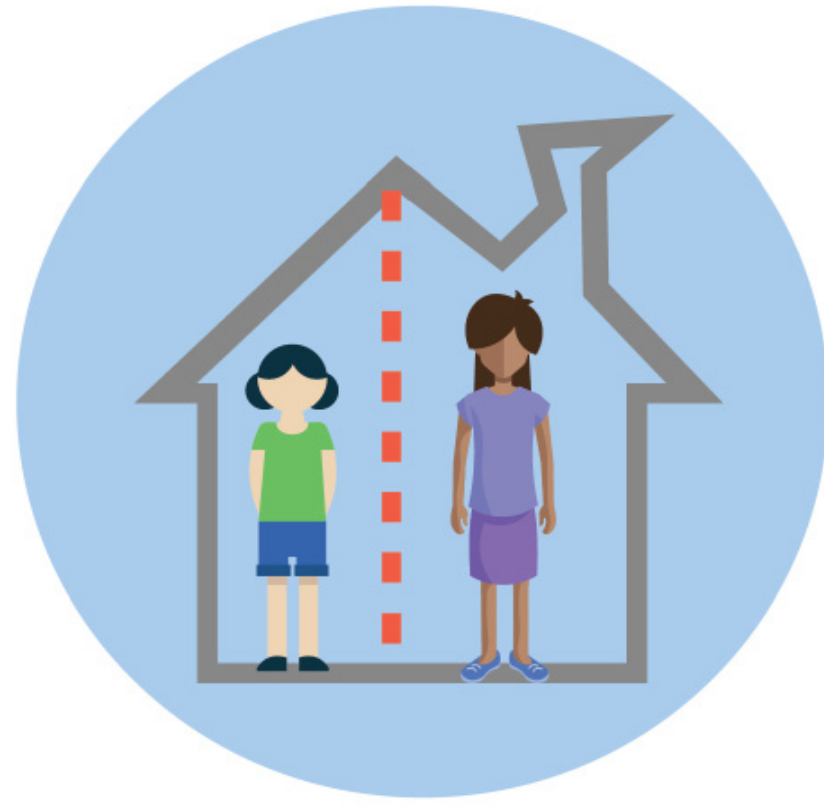


عدم الخروج من المنزل إلا لقضاء المهام الضرورية (شراء الطعام، والأدوية، والمستلزمات الأساسية) أو لممارسة التمارين.



البقاء في المنزل لمدة 10 أيام على الأقل بعد أحدث مخالطة مع شخص مصاب أو تعرض للفيروس. وفقًا للحالة، قد يُطلب منك البقاء في المنزل وعدم الذهاب إلى العمل أو المدرسة لمدة 14 يومًا. راقب نفسك تحسبًا لظهور أي أعراض لمدة 14 يومًا.

لمدة 14 يومًا بعد أحدث تعرض لفيروس كورونا (COVID-19) (حتى إذا لم تعد بحاجة إلى الالتزام بالحجر الصحي):



اعزل نفسك عن الآخرين إذا ظهرت عليك أعراض، واتصل بمقدم الرعاية الصحية (طبيبك) لمعرفة ما إذا تعين عليك إجراء الاختبار.



قياس درجة حرارتك مرتين يوميًا، ورصد أعراض مرض فيروس كورونا (COVID-19) بنفسك (الحمى البالغة 100.4° فهرنهايت أو أعلى، السعال، آلام الجسم، احتقان الحلق، الرعشة، فقدان حاستي التذوق أو الشم، وما إلى ذلك).

اختبار الكشف عن مرض فيروس كورونا (COVID-19) المجاني

إذا كنت تعتقد أنك أو أي شخص في منزلك مصاب بمرض فيروس كورونا (COVID-19) وكنت ترغب في إجراء اختبار، فيمكنك زيارة [ochealthinfo.com/covidtest](https://www.ochealthinfo.com/covidtest) لمعرفة أين يمكنك إجراء الاختبار.

موارد مرض فيروس كورونا (COVID-19)

للحصول على مزيد من المعلومات عن أوجه المساعدة بشأن الحصول على الطعام، أو الموارد المتعلقة بفقدان الوظيفة، أو تعسر دفع الإيجار، أو الحصول على رعاية طبية، يمكنك زيارة together.ocgov.com.



للحصول على مزيد من معلومات عن مرض فيروس كورونا (COVID-19)، يُرجى زيارة www.ochealthinfo.com/novelcoronavirus أو الاتصال بخط الإحالة الصحية التابع لوكالة الرعاية الصحية في OC على الرقم (800) 564-8448.