

العزلة الشخصية الخاصة بكوفيد-19



إذا ظهرت عليك أعراض كوفيد-19 وكنت قد تلقيت لقاحين مضادين لكوفيد-19 على الأقل أو إذا كنت دون سن 12 سنة، عليك أن تعزل نفسك لخمسـة أيام. التقويم التالي هو مثال لمساعدتك على فهم الوقت الذي تستطيع الخروج فيه من عزلتك الشخصية.

بدء الأعراض/إختبار
إيجابي لكوفيد-19



فترة العزلة

أخرج من العزلة
واتبع إجراءات
الصحة العامة

الأحد

الاثنين

الثلاثاء

الأربعاء

الخميس

الجمعة

السبت



فترة عزلة لمدة خمسة أيام



بعد فترة العزلة الشخصية، إتبع إجراءات الصحة العامة لمدة خمسة أيام: أنظر للخلف لمزيد من المعلومات



معلومات إضافية تشترك فيها مع معارفك

مالذي ينبغي على أفراد العائلة عمله؟

إذا كان عمرك ثمانية عشر سنة أو أكثر وأخذت الجرعة المنشطة أو إذا كان عمرك دون الثمانية عشر عاما وتلقيت جرعتين على الأقل أو إذا كنت قد تعرضت لكوفيد-19 في الأيام التسعين الماضية، فترجو منك أن تكون حذرا واتبع إجراءات الصحة العامة التالية لمدة عشرة أيام بعد تعرضك لآخر فرد من العائلة كانت نتيجة إختباره لكوفيد-19 إيجابية/أو ذات أعراض. ملاحظة: لا تحتاج إلى أن تعزل نفسك ولكن نرجو منك مراقبة نفسك من أية أعراض .

وعلى خلاف ذلك، يجب عليك أن تعزل نفسك لنفس الفترة التي يعزل بها نفسه فرد العائلة الذي كانت نتيجة إختباره لكوفيد - 19 إيجابية/أو ذات أعراض واتبع إجراءات الصحة العامة لمدة عشرة أيام إضافية بعد آخر تعرض لك .



مالذي ينبغي على معارفك القريبين (من غير أفراد العائلة) عمله؟

بغض النظر إن كنت ملقحا أو لا، نرجو منك أن تكون حذرا واتبع إجراءات الصحة العامة التالية لمدة عشرة أيام بعد تعرضك لآخر فرد كانت نتيجة إختباره لكوفيد - 19 إيجابية/أو ذات أعراض. ملاحظة: لا تحتاج إلى أن تعزل نفسك ولكن نرجو منك مراقبة نفسك من أية أعراض .

إجراءات الصحة العامة المطلوبة بعد العزلة الشخصية إضافة إلى أفراد العائلة وأقرب معارفك



- لبس القناع في الأماكن العامة وبضمن ذلك المدرسة و رعاية الطفل
- تجنب النشاطات غير الأساسية التي تتطلب زرع القناع (مثل تناول الطعام خارج البيت)
- تجنب الزيارات غير الضرورية للأماكن ذات مستوى الخطر العال (مثل المستشفيات و بيوت الرعاية طويلة الأمد)
- تجنب زيارة الناس الأكثر عرضة للإصابة (مثل كبار السن و اللذين يعتبر جهاز مناعتهم ضعيفا)
- يجب على الموظفين في الأماكن ذات الخطر العال التبليغ عن تعرضهم للإصابة وأن يتبعوا توجيهات أماكن عملهم .

