

ماذا يجب عليك فعله إذا خالطت شخصاً مريضاً بكوفيد – 19؟

12 أكتوبر (تشرين الأول) 2021

إذا تلقيت إنذاراً بأنك مخالط لشخص مريض بكوفيد – 19:

العزل الذاتي

- يجب عليك العزل الذاتي لمدة 10 أيام من آخر يوم مخالطة للشخص الذي كانت نتيجته إيجابية. ستخبرك الصحة العامة متى يمكنك إنهاء العزل الذاتي.
- إذا لم يكن عندك أعراض وكنت حاصل على اللقاح كاملاً* أو كنت مؤخراً مصاب بعدوى كوفيد - 19** لن تكون بحاجة للعزل الذاتي، ما لم يصدر عن الصحة العامة أي توجيه. كما يجب عليك اتباع التعليمات الواردة أدناه.



يتعين مراقبة أعراض كوفيد – 19 كل يوم:

يجب مراقبة أعراض كوفيد – 19 كل يوم، بالرغم من أنك حاصل على اللقاح كاملاً* أو كنت مؤخراً مصاب بعدوى كوفيد – 19**. راقب أي من الأعراض التالية:



تعب، ألم عضلات أو مفاصل (العمر +18 سنة)



غثيان، قيء أو إسهال (العمر > 18 سنة)



ضعف أو فقدان حاستي التذوق والشم



صعوبة في التنفس



سعال



حمى < 37.8 درجة مئوية و/أو قشعريرة برد



ضعف أو فقدان الشهية



احمرار العينين



صداع



ألم بطن



سيلان أو انسداد الأنف



احتقان حلق

إذا ظهرت عندك أعراض:

بادر فوراً لإجراء فحص بواسطة الاختبار المخبري PCR.

- احجز موعد لدى أحد مراكز التقييم من أجل إجراء فحص كوفيد 19 بواسطة اختبار PCR.
- إذا كانت نتيجة اختبار PCR سلبية قبل بداية الأعراض، يجب إعادة الفحص مرة أخرى.
- إذا كنت حاصل على اللقاح كاملاً* أو كنت مؤخراً مصاب بعدوى كوفيد – 19**، يجب ملازمة المنزل والعزل الذاتي فوراً أثناء انتظار نتيجة فحصك.



أفراد الأسرة بحاجة للعزل الذاتي:

- كل فرد في منزلك بحاجة للعزل الذاتي إلى أن تظهر نتيجتك سلبية، ما لم يكونوا حاصلين على اللقاح كاملاً* أو أصيبوا مؤخراً بعدوى كوفيد – 19**.

يجب إعلام صاحب عملك أو الاتصال بالصحة العامة على الرقم 416-338-7600.

بادر لإجراء فحص حتى لو لم يكن عندك أعراض

- رغم أنك لا تعاني من أعراض، يجب إجراء اختبارين بواسطة PCR: أول اختبار في أسرع وقت ممكن والثاني عادة ما يكون بعد أسبوع. ستقدم لك الصحة العامة المزيد من المعلومات حول إجراء هذين الاختبارين ومتى.



أثناء مدة العزل الذاتي، يجب على كل من بالمنزل ما يلي:

- ارتداء كمامة في الأماكن العامة لحماية الآخرين.
- عدم التواجد في الأماكن المزدحمة.
- الحد من مخالطة أشخاص آخرين يعانون من مشاكل صحية أو كبار السن.
- المحافظة على مسافة مترين بينك وبين الآخرين.

*حاصل على اللقاح كاملاً من مضى عليه 14 يوماً أو أكثر بعد التطعيم بالجرعة الثانية من أحد لقاحات كوفيد – 19 المؤلف من جرعتين أو وفق ما تحدد وزارة الصحة في أونتاريو.

**المصاب مؤخراً بعدوى كوفيد 19 هو الشخص الذي كانت نتيجته لكوفيد – 19 إيجابية خلال 90 يوماً الماضية وقد حصل على تصريح من قبل الصحة العامة.

