

فيروس كورونا الجديد (COVID-19)

إدارة الصحة العامة بمقاطعة لوس أنجلوس
إرشادات قائمة على نتائج الاختبار

آخر التحديثات:

20/24/7: تم تغيير فترة العزل المنزلي بدون حمى من 3 أيام إلى 24 ساعة. تم تغيير الفترة التي يعتبر فيها الشخص معدي من 48 ساعة إلى يومين قبل بدء الأعراض.
20/1/7: تم تحديث أعراض COVID-19 وإضافة روابط مرجعية للمستندات.

1. كيف تنتشر فيروسات كورونا؟

مثل أمراض الجهاز التنفسي الأخرى تنتشر فيروسات كورونا بين البشر عادةً من شخص مصاب عن طريق:

- القطرات الناتجة من خلال السعال والعطس والتحدث.
- الاتصال الشخصي الوثيق، مثل الاهتمام بشخص مصاب.
- لمس شيء أو سطح به الفيروس، ثم لمس فمك أو أنفك أو عينيك قبل غسل يديك

يصاب بعض الأشخاص بـ COVID-19 دون ظهور أعراض على الإطلاق، ولكن لا يزال بإمكانهم نشر العدوى للآخرين.

2. ما هي أعراض COVID-19؟

تراوحت الأمراض التي تم الإبلاغ عنها بين الأشخاص الذين يعانون من أعراض خفيفة أو لا يعانون من أعراض إلى الأشخاص الذين يعانون من مرض شديد، مما يتطلب الدخول إلى المستشفى والموت.

قد تشمل أعراض COVID-19 ما يلي: الحمى أو القشعريرة، السعال، ضيق في التنفس أو صعوبة في التنفس، إرهاق، ألم في العضلات أو الجسم، صداع، فقدان جديد لحاستي التذوق والشم، التهاب في الحلق، احتقان أو سيلان في الأنف، أو غثيان أو قيء. قائمة الأعراض هذه ليست شاملة.

إذا كنت تعاني من الحمى، السعال، ضيق في التنفس أو يخبرك مقدم الرعاية الصحية الخاص بك أنه من المحتمل أن تكون مصابًا بمرض COVID-19، فيجب عليك عزل نفسك في المنزل. إذا ظهرت عليك الأعراض الأخرى المذكورة أعلاه أو أعراض مقلقة غير مدرجة في القائمة، فيرجى استشارة مقدم الرعاية الخاص بك بشأن الحاجة إلى الاختبار والعزل.

3. لم يكن لدي أعراض ولكني خضعت لاختبار COVID-19 على أي حال، هل هناك أي شيء يجب أن أفعله أثناء انتظار نتائج الاختبار الخاصة بي.

لا ننصح بإجراء اختبار COVID-19 للأفراد الذين لا يعانون من أعراض إلا إذا كانوا جهة اتصال وثيق لشخص مصاب بـ COVID-19، ولكن إذا خضعت للاختبار على الرغم من عدم ظهور الأعراض عليك، فيجب عليك الاستمرار في اتباع ممارسات التباعد الجسدي (الاجتماعي) الموصى بها، مثل البقاء في المنزل والبقاء على بعد 6 أقدام على الأقل من الآخرين عندما تكون خارج منزلك حتى تظهر نتائج الاختبار. يجب عليك أيضًا استخدام غطاء الوجه القماشى عندما تغادر المنزل وتكون محاطًا بالآخرين غير أفراد أسرتك. إذا كنت على اتصال بحالة مشتبته فيها أو إيجابية لمرض COVID-19، فيجب أن تظل في الحجر الصحي في منزلك وبعيدًا عن الآخرين حتى تظهر نتائجك، ثم اتبع الإرشادات أدناه بناءً على ما تظهره تلك النتائج.

4. لم يكن لدي أعراض ولكني خضعت لاختبار COVID-19 على أي حال وظهر اختباري سلبي، هل هناك أي شيء يجب أن أفعله؟

فيروس كورونا الجديد (COVID-19)

إدارة الصحة العامة بمقاطعة لوس أنجلوس إرشادات قائمة على نتائج الاختبار

عند مغادرة منزلك، اتبع ممارسات التباعد الجسدي الموصى بها عن طريق الابتعاد على الأقل 6 أقدام عن الآخرين واستخدام غطاء الوجه القماشي عندما تكون على اتصال بالآخرين خارج المنزل. من المهم ملاحظة أن نتيجة الاختبار السلبية قد تعني أنك لم تكن مصابًا في وقت إجراء الاختبار ولكن لا يزال من الممكن أن تصاب بالعدوى في وقت لاحق، لذا من المهم الاستمرار في ممارسة تدابير الوقاية مثل التباعد الجسدي وغسل يديك بشكل متكرر.

من المهم ملاحظة أنه إذا كنت **جهة اتصال** بحالة مشتبه فيها أو إيجابية عندما تم اختبارك، فيجب عليك البقاء في **الحجر الصحي** لمدة 14 يومًا كاملة حتى إذا كانت نتيجة الاختبار سلبية. وذلك لأن فترة حضانة الفيروس يمكن أن تصل إلى 14 يومًا وما لم يتم اختبارك في اليوم الرابع عشر من التعرض، فإن نتيجة الاختبار السلبية في وقت سابق من فترة **الحجر الصحي** لا تعني أنك غير مصاب.

5. لم يكن لدي أعراض ولكن تم اختبار COVID-19 على أي حال واختباري إيجابي. هل هناك أي شيء يجب أن أفعله؟

على الرغم من عدم ظهور أعراض إذا كان الاختبار إيجابيًا، فيجب عليك البقاء في المنزل وبعيدًا عن الجمهور لمدة 10 أيام على الأقل من وقت الاختبار. بينما نتعلم المزيد عن فيروس كورونا الجديد، نجد أن الأشخاص يمكن أن يكونوا معديين حتى قبل أن تبدأ الأعراض في الظهور عليهم. قد يكون تم إجراء الاختبار قبل أن تبدأ الأعراض، أو أنك لن تظهر الأعراض عليك على الإطلاق.

إذا كنت **جهة اتصال** بحالة مشتبه فيها أو إيجابية عندما تم اختبارك، فقد يتم الإفراج عنك بمجرد إكمال 10 أيام من تاريخ الاختبار حتى إذا كان ذلك قبل انتهاء فترة وجودك في **الحجر الصحي**، طالما بقيت بدون ظهور الأعراض عليك. إذا ظهرت عليك أعراض، فأنت تحتاج لاتباع التعليمات الواردة في السؤال رقم 6 أدناه.

6. لم تكن لدي أعراض عندما أثبتت إصابتي بمرض COVID-19 ولكن ظهرت لدي أعراض خلال فترة العزل. هل يجب علي البقاء في العزل لفترة أطول؟

تتم إعادة احتساب فترة العزل إذا ظهرت عليك أعراض أثناء فترة العزل. إذا ظهرت عليك أعراض، فيجب أن تظل في العزل المنزلي لمدة 24 ساعة بعد اختفاء الحمى دون استخدام أدوية خافضة للحرارة وهناك تحسن في أعراضك (على سبيل المثال: السعال، وضيق في التنفس)، ومرور 10 أيام على الأقل منذ ظهور الأعراض لأول مرة.

إذا كنت **جهة اتصال** بحالة مشتبه فيها وكنت في **الحجر الصحي** عند ظهور الأعراض، فيجب عليك اتباع تعليمات العزل للأشخاص الذين يعانون من الأعراض.

7. أعاني من أعراض وخضعت الآن لاختبار COVID-19، هل هناك أي شيء يجب أن أفعله أثناء انتظار نتائج الاختبار؟

يجب عليك البقاء في المنزل والعزل الذاتي حتى تظهر نتائج الاختبار. راجع إرشادات **الرعاية المنزلية home care** على موقع الصحة العامة الذي يخبرك بكيفية العناية بنفسك أثناء وجودك في المنزل في انتظار نتائج الاختبار. راجع الأقسام أدناه لمعرفة ما يجب فعله بمجرد ظهور النتائج.

تأكد من إخبار جميع جهات الاتصال الوثيق الخاصة بك أنهم بحاجة إلى البقاء في الحجر الصحي لمدة 14 يومًا بعد آخر اتصال لهم معك. يرجى الرجوع إلى **أمر مسؤول الصحة للحجر الصحي المنزلي**.

8. أعاني من أعراض وخضعت لاختبار COVID-19 لكن نتائج الاختبار سلبية هل هناك أي شيء يجب أن أفعله؟

إذا كنت تعاني من أعراض ولكن لديك نتائج اختبار سلبية لمرض COVID-19، ما زلنا نوصي بالبقاء في المنزل لمدة 24 ساعة على الأقل

فيروس كورونا الجديد (COVID-19)

إدارة الصحة العامة بمقاطعة لوس أنجلوس إرشادات قائمة على نتائج الاختبار

بعد اختفاء الحمى دون استخدام أدوية خافضة للحرارة وهناك تحسن في أعراضك (على سبيل المثال: السعال وضيق في التنفس)، ومرور 10 أيام على الأقل منذ ظهور الأعراض لأول مرة.

من المهم ملاحظة أنه إذا كنت جهة اتصال لحالة مشتبه فيها أو إيجابية عندما خضعت للاختبار، فيجب عليك البقاء في الحجر الصحي لمدة 14 يومًا كاملة حتى إذا كانت نتائج الاختبار سلبية.

9. أعاني من أعراض وظهرت نتيجة اختباري لمرض COVID-19 إيجابية الآن، فماذا أفعل؟

يجب أن تستمر في العزل حتى 24 ساعة على الأقل بعد اختفاء الحمى دون استخدام أدوية خافضة للحرارة وهناك تحسن في أعراضك (مثل السعال وضيق في نفس)، ومرور 10 أيام على الأقل منذ ظهور الأعراض لأول مرة. اتبع تعليمات [العزل المنزلي](#) الموجودة على موقع الصحة العامة على الإنترنت وارجع إلى [أمر مسؤول الصحة بالعزل المنزلي](#).

تأكد من إخبار جميع جهات الاتصال الوثيق الخاصة بك أنهم بحاجة إلى البقاء في الحجر الصحي لمدة 14 يومًا بعد آخر اتصال لهم معك. يرجى الرجوع إلى [أمر مسؤول الصحة للحجر الصحي المنزلي](#).

10. هل لا يزال عليّ البقاء على بعد 6 أقدام من الآخرين وارتداء غطاء الوجه القماشي حتى بعد خروجي من الحجر الصحي أو العزل؟

نظرًا لأننا ما زلنا نتعلم المزيد عن فيروس كورونا الجديد وطول المدة التي يمكن أن يبقى فيها الشخص معديًا، يُطلب من جميع الأفراد أن يبقوا على مسافة 6 أقدام من الآخرين ويرتدون غطاء الوجه القماشي في الأماكن العامة بغض النظر عن نتائج اختباراتهم أو ما إذا كانوا بالفعل في العزل أو الحجر الصحي.