

أنت مصاب بعدوى COVID-19، ماذا ستفعل الآن؟

إذا تم تشخيص إصابتك بعدوى COVID-19، يُرجى اتباع الخطوات التالية للمساعدة في منع انتشار المرض إلى الأشخاص في منزلك ومجتمعك.

ابق في المنزل إلا لغرض الحصول على الرعاية الطبية

بالنسبة للأشخاص المصابين بدرجة خفيفة بـ COVID-19، يمكن عزلهم في المنزل أثناء مرضهم. ومن المهم جدًا بالنسبة لك مراقبة صحتك في المنزل خشية تفاقم الأعراض، حتى يُمكن الاعتناء بك وعلاجك بسرعة إذا لزم الأمر. ويجب عليك تقييد الأنشطة خارج المنزل، باستثناء الحالات التي تحتاج فيها إلى الرعاية الطبية. فلا تذهب إلى العمل أو المدرسة أو الأماكن العامة. وتجنب استخدام وسائل النقل العام أو مشاركة الآخرين في ركوب السيارات أو سيارات الأجرة. وإذا كان لديك موعد طبي، فاتصل بمقدم الرعاية الصحية وأخبره أنك مصابٌ أو ربما تكون مصابًا بـ COVID-19.

إذا كانت لديك أعراض خفيفة إلى معتدلة أو تشعر أنك معرض لخطر كبير للإصابة بمضاعفات COVID-19، فيُرجى الاتصال بمكتب مقدم الرعاية الصحية الخاص بك للحصول على مزيد من المعلومات والإحالة المحتملة إلى مركز COVID-19 الخارجي القريب منك. إذا تلقيت علاجًا بالأجسام المضادة لـ COVID-19، أبلغ المريض أنه يجب تأجيل التطعيم ضد فيروس كورونا المستجد COVID-19 لمدة 90 يومًا على الأقل لتجنب تداخل العلاج مع الاستجابات المناعية التي يسببها اللقاح.

تذكر: بعض هذه الأدوية لها أفضل تأثير إذا أعطيت بعد فترة وجيزة من تشخيصك، قبل ظهور الأعراض و/أو تتطلب دخول المستشفى، لذلك يُرجى إجراء هذه المكالمات فور تلقي نتيجة الاختبار الإيجابية.

اعزل نفسك عن الآخرين في منزلك ومارس العادات الصحية

يجب عليك البقاء في غرفة معينة بعيدًا عن الأشخاص الآخرين في منزلك قدر الإمكان. توفر مراكز السيطرة على الأمراض والوقاية منها دليلًا أكثر تفصيلاً، يُرجى الرجوع إلى [منع انتشار مرض فيروس كورونا 2019 في المنازل والمجمعات السكنية](#). ويوفر هذا الدليل أيضًا معلومات بشأن الخطوات الوقائية لأفراد الأسرة والأزواج ومقدمي الرعاية في بيئة غير صحية لشخص مصاب بعد COVID-19.

وقف العزل المنزلي

يجب عزل الأفراد الذين لديهم اختبار COVID-19 إيجابيًا حتى مرور 5 أيام، إذا كان الشخص بدون أعراض، أو إذا كانت الأعراض تتحسن وكان الفرد خاليًا من الحمى بدون دواء لمدة 24 ساعة في اليوم الخامس. يجب أن تتبع فترة العزل هذه خمسة أيام من ارتداء القناع بشكل مناسب أثناء وجودك مع الآخرين. لا يوصى بإعادة إجراء اختبار COVID-19 في غضون 90 يومًا من الإصابة بالمرض إذا لم تظهر عليك الأعراض؛ فقد تظل نتائج الاختبار خلال هذا الوقت إيجابية نتيجة الأثر المتبقي. وإذا مرضت مرة أخرى، فاستشر مقدم الرعاية الصحية الخاص بك فيما يتعلق بمرضك.

يجب على سكان مرافق الرعاية طويلة الأجل وغيرها من أماكن المعيشة الجماعية، والعاملين في مجال الرعاية الصحية اتباع إرشادات NDDoH [هنا](#) و [هنا](#).

يجب عليك الانتظار حتى انتهاء عزلتك قبل تلقي لقاح COVID-19؛ إذا تلقيت علاجًا بالأجسام المضادة وحيدة النسيلة لـ COVID-19، فيجب عليك الانتظار 90 يومًا قبل تلقي لقاح COVID-19.

لمزيد من الأسئلة حول COVID-19، اتصل بالخط الساخن للصحة العامة بإدارة الصحة بولاية داكوتا الشمالية على الرقم 1-866-207-2880، من الساعة 8 صباحًا حتى 5 مساءً من الإثنين إلى الجمعة.