

اطلاعات قرنطینه و جداسازی

این دستورالعمل برای مردم عامه شامل محیط‌های مدارس و مراکز مراقبت از کودکان اعمال می‌شود. برای افرادی که در پناهگاه، مرکز مراقبت، کانون تأدیب یا مرکز مراقبتی خاص دیگر زندگی یا کار می‌کنند، دستورالعمل جداسازی و قرنطینه متفاوت است. برای اطلاع از دستورالعمل این محیط‌ها، با کارفرمای خود صحبت کنید.

اگر در معرض * شخص مبتلا به COVID-19 قرار گرفتید اما علائمی ندارید، چه کنید

* در معرض قرار گرفتن یعنی طی یک روز به مدت 15 دقیقه یا بیشتر، با ماسک یا بدون ماسک، در فاصله 6 فوتی (دو متری) از فرد قرار داشته باشید.

قرنطینه به معنای ماندن در خانه و دور از دیگران پس از قرارگیری در معرض ویروس است تا ببینید بیمار یا دچار عفونت می‌شوید یا خیر. از 12 مارس، سازمان بهداشت اورگان دیگر قرنطینه را برای اغلب افرادی که در نزدیکی فرد مبتلا به COVID-19 بوده‌اند، الزامی نمی‌داند.



اگر در معرض شخص مبتلا به COVID-19 قرار گرفتید، لازم نیست در خانه بمانید. با این حال، صرف نظر از وضعیت واکسیناسیون، باید:

1. تا 10 روز، مراقب بروز علائم باشید.
2. به مدت 10 روز زمانی که در نزدیکی دیگران هستید، ماسک بپوشید.
3. در صورت امکان 5 روز بعد از آخرین قرارگیری در معرض ویروس، تست بدهید.
4. اگر تست شما مثبت شد و/یا دچار علائم COVID-19 شدید، در خانه بمانید و دستورالعمل جداسازی (زیر) را رعایت کنید.

به اینکه کجا می‌مانید و در نزدیکی چه کسانی هستید، فکر کنید. شما همچنان می‌توانید با محدود کردن تماس حضوری خود یا پوشیدن ماسک در نزدیکی افراد با خطر بالای ابتلا به COVID-19، از این افراد حفاظت کنید.

اگر علائم داشتید یا تست COVID-19 شما مثبت شد چه کار کنید (راهنمای جداسازی)

1. حداقل به مدت 5 روز، در خانه و دور (جدا) از دیگران بمانید.
2. پس از 5 روز می‌توانید خانه را ترک کنید اگر
 - حداقل به مدت 24 ساعت بدون داروهای تب‌بر، تب نداشته‌اید و
 - تنها علائم خفیفی دارید که در حال بهبودی هستند.
3. تا 5 روز، زمانی که در نزدیکی سایر افراد هستید به استفاده احتیاطی از ماسک ادامه دهید.

II اگر درباره زمان مثبت شدن تست خود یا داشتن تماس نزدیک با فرد مبتلا به COVID-19 پرسشی داشتید، با **866-917-8881** تماس بگیرید. اگر برای دریافت منابع ماندن در خانه در مدت جداسازی خود به کمک نیاز داشتید، با **211** تماس بگیرید.

