

# آزمایش‌های خانگی COVID-19، اطلاع از نتیجه آزمایش خود

April 13, 2022 2:13 PM FARSI

## اگر نتیجه آزمایش من مثبت شود چه کنم؟

ویروس در بدن شما وجود دارد و می‌تواند به دیگران منتقل شود، حتی اگر علائمی نداشته باشید. چه واکسینه شده باشید یا نشده باشید، باید:

1. جز برای دریافت خدمات درمانی، در خانه بمانید. حداقل به مدت 5 روز خود را از سایر افراد خانواده جدا کنید. پس از 5 روز می‌توانید از خانه بیرون بروید اگر:

- حداقل 24 ساعت بدون داروی تب بر، تب ندارید و تنها علائم خفیفی دارید که در حال بهبودی هستند، و
- همچنان احتیاط می‌کنید و در نزدیکی دیگران، به مدت 5 روز ماسک می‌زنید. اگر قادر به پوشیدن ماسک نیستید، به جداسازی خود به مدت 5 روز دیگر ادامه دهید.

این راهنما شامل اغلب افراد می‌شود. اگر در محیط‌های پرخطر خاصی همچون مراکز مراقبت بهداشتی کار می‌کنید، باید خود را برای مدت بیشتری از دیگران جدا کنید. از کارفرمای خود بپرسید.

2. در اسرع وقت با ارائه‌دهنده مراقبت‌های بهداشتی خود تماس بگیرید. ممکن است با توجه به سن و/یا بیماری شما، درمانی وجود داشته باشد و برخی درمان‌های COVID-19 باید طی 5 روز از زمان بروز علائم شروع شود. اگر ارائه‌دهنده مراقبت‌های بهداشتی ندارید، برای دریافت کمک در یافتن آن با شماره 211 تماس بگیرید.

3. به افراد نزدیک و اعضای خانواده خود بگویید که نتیجه آزمایش مثبت شده است. زمان مهم است! آنها می‌توانند اقداماتی برای کاهش انتشار COVID-19 همچون پوشیدن ماسک در نزدیکی دیگران و دادن آزمایش، انجام دهند. آنها می‌توانند اطلاعات بیشتری را در وبسایت اداره بهداشت عمومی کانتی خود یا از طریق تماس با 211 کسب کنند.

- اگر علائم داشتید یا دارید: با افرادی که از نزدیک با آنها از 2 روز قبل از شروع علائم در ارتباط بودید، تماس بگیرید.
- اگر علائم نداشتید یا ندارید: با افرادی که از نزدیک با آنها از 2 روز قبل از انجام آزمایش COVID-19 در ارتباط بودید، تماس بگیرید.

## چگونه نتیجه مثبت آزمایش خود را گزارش دهم؟

اگر شغل شما شامل تعامل با مردم است، باید به کارفرمای خود بگویید تا بتوانید از شیوع COVID-19 جلوگیری کنید. در غیر این صورت، نیازی نیست که نتیجه مثبت یک آزمایش خانگی را به کسی گزارش کنید.

اگر پرسشی داشته یا به کمک نیاز داشتید و می‌خواستید با اداره بهداشت عمومی درباره نتیجه مثبت آزمایش خود صحبت کنید، می‌توانید با اداره بهداشت عمومی کانتی مولتنومه به شماره 503-988-3406 تماس بگیرید یا به [diseasereport@multco.us](mailto:diseasereport@multco.us) ایمیل بزنید. آنها می‌توانند به شما کمک کنند تا به کارفرما یا افراد نزدیک خود اطلاع دهید، منابعی برای ماندن در خانه پیدا کنید و به پرسش‌های احتمالی شما پاسخ دهند.

درباره جداسازی و قرنطینه در وبسایت تست مثبت COVID سازمان بهداشت اورگان به آدرس <https://govstatus.egov.com/or-oha-covid-19-positive-test> اطلاعات بیشتری یا کمک دریافت کنید یا با خط پشتیبانی از مبتلایان به شماره 866-917-8881 تماس بگیرید.

## اگر نتیجه آزمایش من منفی شد چه کنم؟

اگر احساس بیماری می کنید، باید در خانه و دور از دیگران بمانید تا علائم شما بهتر شود حتی اگر نتیجه آزمایش شما منفی شد.

اگر در تماس نزدیک با شخص مبتلا به COVID-19 بوده اید، در معرض ویروس قرار داشته اید و هنوز ممکن است باعث بیماری سایر افراد شوید. اگر در محیط های پرخطر همچون مراکز مراقبتی بهداشتی یا مراکز زندگی گروه های خاصی زندگی یا کار نمی کنید، نیازی به قرنطینه نیست.

- به مدت 10 روز از آخرین زمان قرارگیری در معرض ویروس، مراقبت بروز علائم باشید. به اینکه جفا می مانید و در نزدیکی چه کسانی هستید، فکر کنید. با محدود کردن تماس حضوری خود یا پوشیدن ماسک در نزدیکی افراد در معرض خطر بالای ابتلای به COVID-19 شدید به مدت 10 روز، می توانید به حفاظت از آنها ادامه دهید.
- اگر تست خانگی انجام می دهید، می توانید 1-2 روز بعد، یک آزمایش COVID-19 دیگر را از طریق ارائه دهنده خدمات درمانی معمول خود یا یک تست خانگی دیگر انجام دهید.

### علائم COVID-19 عبارتند از:

- تب یا لرز
- سرفه
- تنگی نفس یا مشکل در تنفس
- خستگی
- درد عضله یا بدن
- سردرد
- از دست دادن حس بویایی یا چشایی به تازگی
- گلودرد
- گرفتگی یا آبریزش بینی
- حالت تهوع یا استفراغ
- اسهال

اگر این علائم شدید را دارید با 911 تماس بگیرید:

- دشواری در تنفس
- درد یا فشار در قفسه سینه یا شکم
- عدم توانایی نوشیدن یا قورت دادن مایعات
- سردرگمی به تازگی یا عدم توانایی برای بیدار شدن
- کبودی یا تیرگی لب ها یا صورت

