

الخروج إلى المنزل عند احتمال الإصابة بفيروس كورونا المستجد

(COVID-19)

إذا عادت نتيجة الاختبار الخاصة بك بأنه "تم الكشف عنه افتراضياً"، بشكل (إيجابي) فهذا يعني أننا قمنا بالكشف عن وجود فيروس الكوفيد - 19 ، وأنت بحاجة إلى عمل الآتي

اعزل نفسك عن الآخرين. اتبع الإرشادات الموجودة أدناه

استمر في شرب الكثير من السوائل وتناول أدوية البرد والإنفلونزا التي لا تستلزم وصفة طبية

استمر في عزل نفسك

لمدة لا تقل عن عشرة أيام من بداية ظهور الأعراض

وحتى زوال الحمى لمدة 3 أيام على الأقل بدون الحاجة لتناول أدوية خافضة للحرارة

وتحسن الأعراض التي كنت تعاني منها، مثل أعراض السعال

ومن المهم أثناء وجودك في المنزل أن تراقب تفاقم الأعراض التي تعاني منها. اتصل برقم 911 أو توجه إلى أقرب قسم للطوارئ إذا

كان لديك صعوبة في التنفس أو ضيق في النفس بحيث لا يمكنك نطق جملة دون التوقف لأخذ نفسك

شعرت بالضعف الشديد بحيث لا يمكنك المشي إلى الحمام أو رعاية نفسك

شعرت بأنك مشوش أو حائر

لديك انخفاض في ضغط الدم

إذا كنت تشعر بسوء ، ولكن أعراضك ليست بهذا السوء ، فاتصل بطبيبك. وإذا لم تتمكن من الوصول إليه أو إلى مقدم الرعاية الصحية فاتصل بالخط الساخن الخاص بكوفيد - 19 على رقم

888-312-0847

ولحماية العاملين في مجال الرعاية الصحية ومنع انتشار المرض، يجب إخطار فريق الرعاية الصحية الخاص بك بأنه قد تكون مصاباً بكوفيد - 19 في أي وقت تطلب فيه المساعدة الطبية

قد تكون مصاباً بفيروس الكوفيد - 19 ، والمعروف أيضاً باسم فيروس كورونا المستجد. وقد تشمل الأعراض ما يلي

العطس	الأم العضلات
التهاب الحلق	الحرارة أو القشعريرة
التقيؤ	الصداع
الإسهال	سيلان الأنف
فقدان حاسة الشم والتذوق	السعال

ولقد قمنا بعمل اختبار لك للكشف عن فيروس الكوفيد - 19. ويسمى هذا الاختبار

SARS-CoV-2 Nucleic Acid

هذا، ونظراً لارتفاع عدد الحالات ، قد يستغرق ظهور نتيجة الاختبار إلى أسبوع. وعليه يجب افتراض أنك مصاب بالفيروس حتى يثبت عكس ذلك. ويمكنك مراجعة نتيجة الفحص على حساب

My Health at Vanderbilt

إذا لم يكن لديك حساب، فيمكنك التسجيل للحصول على حساب وتنشيطه على الفور عن طريق تسجيل الدخول إلى الموقع التالي

<https://www.myhealthatvanderbilt.com>.

يرجى عدم الاتصال لمعرفة نتيجة الفحص، حيث أن أفضل طريقة لمعرفة نتيجة الاختبار هو عن طريق حسابك ببرنامج

My Health at Vanderbilt

ويمكنك علاج الأعراض التي تشكو منها أثناء انتظار النتيجة في المنزل

اعزل نفسك عن الآخرين قدر الإمكان

تناول الكثير من السوائل وتناول أدوية البرد والإنفلونزا التي لا تستلزم وصفة طبية، حسب توجيهات الطبيب

إذا ظهرت نتيجة الاختبار بأنه "لم يتم الكشف عنه" (سلبى) ، فهذا يعني أننا لم نعثر على أي دليل على أن لديك فيروس الكوفيد - 19.

ويمكنك العودة إلى أنشطة حياتك اليومية بمجرد شعورك بتحسن

وزوال الحمى لمدة 24 ساعة على الأقل

غطي وجهك عندما تسعل أو تعطس

غطي فمك وأنفك بمنديل أو بداخل مرفقك وذراعك عند السعال أو العطس. ارمي المناديل المستخدمة في كيس داخل سلة المهملات. اغسل يديك على الفور

افصل نفسك عن الآخرين في منزلك

إذا أمكن، استخدم غرفة نوم وحمامًا منفصلين. لا تستقبل زوار، إلا إذا كان هناك حاجة إلى تواجدهم. كما يجب عليك ألا تتعامل مع الحيوانات الأليفة أو الحيوانات الأخرى. فقد يؤدي ذلك إلى نقل هذا الفيروس إلى الآخرين

لا تشارك مع الآخرين الأدوات المنزلية

تجنب مشاركة الأطباق أو أكواب الشراب أو الملاعق والشوك أو المناشف أو الفراش مع الآخرين

إذا كنت تستخدم هذه الأشياء ، اغسلها جيدًا بالماء والصابون

ارتدِ كمامة للوجه عند وجود أشخاص آخرين

إذا لم تكن قادرًا على ارتداء كمامة الوجه ، فلا يجب على الأشخاص الآخرين البقاء في نفس الغرفة معك ، أو يجب عليهم ارتداء كمامة الوجه إذا دخلوا غرفتك

إذا كنت بحاجة إلى مساعدة طبية ، فأخبر طبيبك أنه قد تكون مصابا بكوفيد - 19 قبل أن تتوجه لطلب المساعدة. ضع كمامة على وجهك قبل دخولك المنشأة. سيساعد ذلك على تجنب الآخرين من تعرضهم للإصابة

إذا كانت لديك حالة طبية طارئة ، يجب إخطار عامل الهاتف عند الاتصال بـ 911 أنك قد تكون مصابا بفيروس الكوفيد - 19 . يجب وضع كماما على وجهك إن أمكن قبل وصول فريق الطوارئ

اتبع الارشادات التالية لعزل نفسك وحماية الآخرين

ابقي في المنزل ما لم تكن بحاجة إلى رعاية طبية

لا تذهب للعمل أو المدرسة أو الأماكن العامة. وتجنب استخدام وسائل النقل العام مثل الحافلات، أو مشاركة السيارات ، أو سيارات الأجرة، حتى لا تعد بحاجة إلى عزل نفسك عن الآخرين

نظف يديك باستمرار

استخدم الماء والصابون إذا كان بإمكانك رؤية الأوساخ على يديك اغسلها لمدة 20 ثانية على الأقل. خلاف ذلك ، يمكنك استخدام معقم اليدين الذي يحتوي على 60 إلى 95 ٪ من الكحول فيه. قم بفركه على كل أسطح يديك حتى تجف

نظف الأسطح التي تلمسها بانتظام

قم بتنظيف الأسطح، والطاولات، ومقابض الأبواب، وحنفيات الحمامات والمطبخ، والهواتف ، ولوحات المفاتيح، وغيرها من الأشياء التي تلمسها كثيرًا. كما يجب عليك تنظيف أي أسطح عليها أي دم أو براز أو سوائل الجسم

استخدم البخاخ المنزلي المطهر أو امسح بفضة مطهرة واتباع التعليمات للاستخدام الآمن

اغسل الملابس جيدًا ، خاصة أي شيء يحتوي على دمك أو برازك أو سوائل الجسم. وقم بتجفيفها على أعلى درجة حرارة موصى بها