



هل يتواصل معي مكتب الصحة؟

ألغي الواجب العام بالخضوع للحجر الصحي للمخالطين المباشرين. ويمكن أن تصدر المصلحة الإدارية المختصة بالدائرة المعنية في حالاتٍ فردية أوامر بالخضوع للحجر الصحي.

ويسري الآن على جميع المعرضين لخطر العدوى خلال مخالطة شخص مصاب ما يلي: التحلي بالمسؤولية الذاتية المطلوب!

التصرف بمسؤولية ذاتية! التوصيات بشأن التصرف

ينبغي على أي شخصٍ كان على اتصالٍ بشخصٍ مصابٍ خلال فترة كان فيها خطر الإصابة بالعدوى قائمًا، الانتباه لمدة 5 أيام إلى ما يلي:

◀ **تقليل مخالطة الآخرين، خاصة الفئات المُعرّضة لخطر الإصابة بشدة** بكوفيد 19. العمل من المنزل إن كان هذا ممكنًا.

◀ **طريقة AHA+L:** الالتزام بمسافة التباعد، والانتباه لقواعد النظافة، وارتداء كمامة طبية (أكبر درجة سلامة توفرها الكمامة الطبية من النوع FFP2!) والتهوية.

◀ **الاختبار اليومي الاختياري:** بعد مخالطة شخص مصاب لمدة 5 أيام.

◀ **المراقبة الذاتية:** الانتباه إلى ظهور الأعراض الخاصة بفيروس كورونا.

◀ **في حالة ظهور أعراض المرض:** على الفور العزل الذاتي، الإيضاح الطبي.

توصية للعاملين الذين يعملون مع أشخاصٍ مُعرضين للخطر

من يعمل في مستشفى أو دار رعاية كبار السن وتقديم الرعاية التمريضية أو من يعمل في الخدمة التمريضية المتنقلة أو من يخاطب كثيرًا أشخاصًا معرضين لمسارات صعبة من الإصابة بكوفيد 19، فإنه يُنصح بأن يقوموا بجانب الامتثال لقواعد السلوك الخاصة بالخضوع للاختبار اليومي خلال العمل وذلك عن طريق اختبار المستضدات أو الحمض النووي قبل البدء بالعمل حتى انتهاء اليوم الخامس من مخالطة الشخص المُصاب. والهدف من هذا هو منع نقل المخالطين للعدوى إلى الفئة المعرضة للخطر.

نتمنى لكم موفور الصحة!

تسببت جائحة كورونا في إثارة القلق في أرجاء العالم. وتتخذ العدوى بفيروس كورونا

"سارس كوف 2"، التي تُسمى "كوفيد 19"، نهجًا لطيفًا في كثير من الحالات، تمامًا مثل نزلة برد يصحبها سعال وحمى وصداع والام في المفاصل أو أحيانًا الزكام، وليس من النادر كذلك حدوث اضطرابات في حاسة الشم والتذوق. وفي بعض الأحيان لا تظهر أي أعراض مرضية ("مسار المرض دون أعراض"). ولكن هناك حالات تظهر فيها أعراضٌ خطيرة. وهناك أشخاصًا أكثر عرضة لهذا الخطر وهم بشكلٍ خاص الأشخاص الذين يعانون من أمراضٍ خطيرة سابقة ولم يتلقوا التطعيم. ويساهم تصرفك الشخصي مساهمةً محورية في تقليل حالات العدوى والقضاء على سلاسل العدوى.

متى يكون هناك خطرٌ للعدوى بفيروس كورونا "سارس كوف 2"؟

يظهر خطر الإصابة بالعدوى عند مخالطتك لشخصٍ مُصاب، خاصة خلال يومين قبل

ظهور الأعراض لدى الشخص المُصاب،

– طوال الفترة التي تظهر

فيها أعراض المرض لدى الشخص المُصاب،

– وخلال يومين قبل إجراء الاختبار الذي جاءت نتيجته إيجابية لدى الشخص المُصاب إذا لم تظهر عليه أعراض الإصابة.

وتحدث "المخالطة المباشرة" مثلاً عندما تستمر المسافة بين الأشخاص بعضهم البعض أقل من 1,5 متر لأكثر من 10 دقائق ولا يرتدي الشخص المصاب أو الأشخاص المخالطون له قناع وجه طبيًا أو قناعًا طبيًا من النوع FFP2 بشكلٍ مستمر وصحيح. ويعتبر الحديث بين شخصٍ مُصاب وشخصٍ مُخالط بأنه "مخالطة مباشرة" دائمًا بصرف النظر عن مدة الحديث، ما لم يكن كلاهما يرتدي الكمامة المناسبة.

المزيد من المعلومات حول فيروس كوفيد 19:

خط المساعدة الخاص بفيروس كورونا التابع لمكتب الدولة للصحة وسلامة الأغذية (LGL)

+49 (0)9131 / 6808 5101

www.bayern.de : "فيروس كورونا – نظرة عامة"

www.stmgp.bayern.de/coronavirus، صفحة المعلومات الخاصة

بوزارة الدولة للصحة والرعاية

الرعاية

https://s.bayern.de/kontaktperson