



العزل إذا جاءت نتيجة اختبار المستضدات السريع إيجابية، يجريه أخصائيون أو جهة أخرى مُكفّفة

معلومات تكميلية لإعلان وزارة الصحة والرعاية في ولاية بافاريا بتاريخ 12 أبريل 2022 ، المرجع. G51v-G8000-2022 / 44-242 ، المعدل بإعلان 29 يونيو 2022 ، المرجع. GCRAsa-G8000-2022 / 44-317

معلومات مهمة حول السلوكيات والصحة الشخصية

◀ أين يحدث العزل؟

يجب أن يحدث العزل في شقة أو في جزء آخر من بناية يمكن تمييز حدوده مكانياً؛ وغالبًا ما تختارُ غالبية المصابين شقتهم الخاصة لتنفيذ ذلك. ولا يجوز لك مغادرتها أثناء العزل، ولكن يُسمح لك، منفردًا ومن حين لآخر، بالذهاب إلى الشرفة أو النافذة أو الحديقة الخاصة، الملحقة بالمنزل مباشرةً ولا تُستخدم بشكلٍ جماعي.

◀ في الطريق إلى اختبار PCR:

اختبار الحمض النووي، مثل اختبار PCR، هو الطريقة الأكثر أمانًا للاستدلال على وجود عدوى الإصابة بفيروس كورونا. لهذا يُجرى لمراجعة نتيجة اختبار المستضدات السريع. ويجوز لك مغادرة الشقة السكنية لإجراء اختبار الحمض النووي. ويجب الانتباه إلى أن عليك تقليل الاتصالات بالأشخاص قدر الإمكان عند التوجه لإجراء الاختبار وارتداء كمامة طبية (FFP2) في هذا الوقت خارج شقتك.

◀ الدعم من الخارج:

اطلب من الأقارب الذين لا يعيشون معك في نفس الأسرة والأصدقاء والمعارف المساعدة، على سبيل المثال في عملية التسوق وقضاء الحوائج الضرورية. كما توجد عروض المساعدة الخدمية التطوعية المتاحة بوفرة على مستوى الولاية، ويمكنك التواصل مع الكثير منها عبر الإنترنت، أو هاتفياً كما هو الحال في الخدمات التي تقدمها البلديات أو مكتب الصحة المحلي.

◀ إذا ساءت حالتك الصحية أثناء العزل أو كنت بحاجة إلى المساعدة الطبية

فتواصل مع طبيبتك أو طبيبك أو مع خدمة الطوارئ التابعة لرابطة التأمين الصحي في بافاريا عبر رقم الهاتف 116117 أو مع طبيب الطوارئ، إذا دعت الحاجة. ويجب أن تذكر خلال الاتصال أنك تمكث في الوقت الراهن في العزل لأنه يُشتبه في إصابتك بفيروس كورونا "كوفيد 19". نرجو إبلاغ مكتب الصحة أيضاً.

تسببت جائحة كورونا في إثارة القلق في أرجاء العالم. وتتخذ العدوى بفيروس كورونا "سارس كوف 2"، التي تُسمّى "كوفيد 19"، نهجًا لطيفًا في كثير من الحالات، تمامًا مثل نزلة برد يصحبها سعال وحُمى وصداع وآلام 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 أعراض خطيرة. وهناك أشخاص أكثر عرضة لهذا الخطر وهم بشكلٍ خاص الأشخاص الذين يعانون من أمراض خطيرة سابقة ولم يتلقوا التطعيم. ويساهم العزل مساهمةً محورية في تقليل حالات العدوى والقضاء على سلاسل العدوى.

الالتزام بالعزل

يجب على جميع الأشخاص الذين تم إخبارهم بأن نتيجة اختبار المستضدات السريع لديهم بشأن فيروس كورونا "سارس كوف 2" إيجابية يُطبق ما يلي: يجب عليهم بموجب أمر حكومي الخضوع للعزل على الفور. اتفق على الفور على موعد لإجراء اختبار الحمض النووي مثل اختبار تفاعل البوليميراز المتسلسل (PCR) لمراجعة نتيجة الاختبار السريع.

حُدثت معالم الالتزام بالعزل وكافة القواعد المرتبطة بذلك في المرسوم العام الصادر عن وزارة الدولة البافارية للصحة والرعاية بشأن تنفيذ قانون الوقاية من العدوى (IfSG)، والذي تحصلون على الجزء التشريعي منه مع هذه المعلومات.

ويُنهي العزل إذا جاءت نتيجة اختبار الحمض النووي سلبية. فإن جاءت نتيجة اختبار الحمض النووي إيجابية أو لم تتوفر نتيجة للاختبار، يمكن إنهاء العزل بعد 5 أيام دون اختبار نهائي، ما لم تظهر أعراض المرض لمدة 48 ساعة (الخلو من الأعراض). فإن استمر عدم الخلو من الأعراض في اليوم الخامس لمدة 48 ساعة، فإن العزل يستمر بدايةً. ولا ينتهي إلا بعد الخلو من الأعراض لمدة 48 ساعة، وعلى حد أقصى بانقضاء اليوم العاشر من الاختبار الذي أثبت الفيروس عن طريق اختبار المستضدات أو اختبار PCR.

ما الذي تجب مراعاته أثناء العزل؟ من المهم أثناء العزل الابتعاد قدر

الإمكان عن أفراد الأسرة الآخرين بالمزمل حتى إن لم تشعر بالمرض. وهذا

يعني بشكلٍ أساسي:

◀ تقليل الالتقاء قدر الإمكان: قِلل حالات التواصل مع رفاقك في السكن وحافظ على مسافةٍ فاصلة لا تقل عن 1,5 متر. ويجب أن تُختزل اللقاءات فيما بينكم إلى أقل وقتٍ ممكن، وعلى الجميع ارتداء غطاء الفم والأنف (الكمامة).

◀ كما يجب تفادي الاحتكاك مع أشخاص من خارج المسكن – كساعي البريد أو موظف خدمة التوصيل أو الجيران أو الأصدقاء أو المعارف. اطلب ترك الطلبات أمام المداخل.

◀ نم في غرفةٍ منفصلةٍ وامتث فترة النهار في حجرٍ وحدك. ينبغي دخول الأماكن المشتركة مثل المطبخ والحمام بشكل منفصل زمنيًا وألا يتم تناول وجبات الطعام بشكل مشترك. مهم: تجب تهوية جميع الغرف جيدًا!

◀ يمثل العزل تحديًا كبيرًا للأطفال بشكل خاص؛ وتجب موازنة القواعد بشكل يتلاءم مع العمر. ويقدم مكتب الصحة المشورة للعائلات عن كيفية ترتيب العزل بأفضل ما يكون حتى يتجاوز الأطفال والوالدان هذه الفترة بشكل جيدٍ معًا.

◀ التنظيف الجيد: إذا كان الحمام أو المراض أو المطبخ يُستخدم بصورةٍ مشتركة، فلا بد من تنظيف أسطح التلامس جيدًا بعد استخدامها. ويكفي لهذا استخدام مواد التنظيف المنزلية المعتادة. أما المناشف الخاصة فلا يستخدمها سوى صاحبها، على أن تُبدل وتُغسل بانتظام. ولا تتقاسم الأمتعة المنزلية مثل الأواني والملابس مع الآخرين.

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

تجد المرسوم العام عن العزل مع ترجماتٍ وشروحاتٍ مُبسطةٍ على موقعنا الإلكتروني

https://www.stmgp.bayern.de/coronavirus/rechtsgrundlagen/#AV-Isolation



ما الذي يجب على أسرته والسكان الآخرين معرفته؟

◀ ينبغي أن يكون الأقارب والأشخاص الآخرون الخاضعون معك للعزل بصحةٍ جيدة ولا يعانون من أمراضٍ سابقة. ويجب ألا يتواجد معهم في هذا الوقت كبار السن، والأشخاص المعرضون للخطر لكونهم يعانون من أمراضٍ مزمنة، أو من يعانون من ضعفٍ في الجهاز المناعي.

◀ الانتباه للأعراض، وتقليل الاتصال بالأشخاص إلى الحد الأدنى: يُطبق على جميع من يعيشون مع الشخص في المنزل الذي يُشتبه في إصابته بفيروس كورونا بناءً على نتيجة اختبار إيجابية، ما يلي: يجب التصرف بمسؤولية ذاتية!

ينبغي عليك تقليل الاتصالات بالآخرين والالتزام بقواعد النظافة بعناية والانتباه إلى ظهور أعراض الإصابة والخضوع للاختبار.

أهم قواعد النظافة الصحية

◀ السعال والعطس بعناية

ابتعد بأكبر مسافة ممكنة عن الآخرين وأدر وجهك عن الآخرين، ثم اعطس أو اسعل في مرفق الذراع أو في منديل الاستخدام لمرة واحدة، ثم تخلّص من المنديل على الفور في كيس قمامة مُغلق.

◀ نظافة اليدين

تجنّب المصافحة باليد أو الإمساك بأيدي الآخرين. اغسل يديك جيدًا بانتظام بالماء والصابون لمدة لا تقل عن 20 إلى 30 ثانية، خاصةً

— بعد تنظيف الأنف أو العطس أو السعال،

— وقبل تحضير الأطعمة،

— قبل تناول الطعام،

— بعد استعمال المراض،

— دائمًا عندما تبدو اليدين متسختين على نحوٍ واضح،

— قبل الاختلاط بالآخرين وبعده الأشخاص،

— خاصة بعد التواصل مع شخصٍ مُصابٍ بالعدوى أو في محيطه

المباشر.

يمكنك استخدام مواد تعقيم اليدين المحتوية على الكحول والرقيقة على الجلد في حالة تلوث اليدين غير المرئي. وانتبه أثناء ذلك إلى التسمية المكتوبة على مادة التعقيم بأنها "مضادة للفيروسات في إطارٍ محدود"، "مضادة للفيروسات بلس في إطارٍ محدود" أو "مضادة للفيروسات".

نتمنى لكم موفور الصحة!