



الاختلاط بشخص مصاب – ما الذي يتعين فعله؟

ويسري ما يلي على جميع المعرضين لخطر الإصابة نتيجة لمخالطة الشخص المصاب: يجب التصرف بمسؤولية ذاتية!

التصرف بمسؤولية ذاتية! التوصيات بشأن التصرف

ينبغي على أي شخص كان على اتصال بشخص مصاب خلال فترة كان فيها خطر الإصابة بالعدوى قائمًا، الانتباه لمدة 5 أيام إلى ما يلي:

◀ تقليل مخالطة الآخرين

خاصة الفئات المعرضة لخطر الإصابة بفيروس كوفيد 19 بشدة. العمل من المنزل إن كان هذا ممكنًا.

◀ معادلة الحماية والوقاية AHA+L:

الالتزام بمسافة التباعد، والانتباه لقواعد النظافة، وارتداء كمامة طبية (أكبر درجة سلامة توفرها الكمامة الطبية من النوع FFP2!) والتهوية.

◀ الاختبار الاختياري:

بعد مخالطة شخص مصاب لمدة 5 أيام، خاصة في حالة ظهور الأعراض.

◀ مراقبة الذات:

مراقبة ظهور الأعراض المرتبطة بفيروس كورونا تحديدًا.

◀ في حالة ظهور أعراض المرض:

الحذ من مخالطة الآخرين قدر الإمكان واستشارة طبيبك للحصول على توضيح.

توصية للعاملين الذين يعملون مع أشخاص معرضين للخطر

سيحصل أي شخص يعمل في مستشفى أو دار رعاية كبار السن وتقديم الرعاية التمريضية أو من يعمل في الخدمة التمريضية المتنقلة، ومن ثم يخالط الكثير من الأشخاص المعرضين بشكل خاص لخطر الإصابة الشديدة بفيروس كوفيد-19، على يوم عمل بالإضافة إلى تطبيق قواعد الاختبار العامة، وذلك عن طريق اختبار الأجسام المضادة أو اختبار الحمض النووي قبل بدء العمل، حتى اليوم الخامس بعد مخالطة الشخص المصاب. ويهدف ذلك إلى منع الشخص المخالط من نشر العدوى المحتمل بين الفئات المعرضة للخطر.

المزيد من المعلومات حول فيروس كوفيد 19:

الخط الساخن لفيروس كورونا التابع للمركز الإقليمي للصحة وسلامة الغذاء (LGL)

09131/6808 5101

www.bayern.de "فيروس كورونا - نظرة موجزة"

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

الصحة والرعاية في ولاية بافاريا

لا تزال عدوى فيروس كورونا "سارس كوف 2" منتشرة كما كانت من قبل. ولكن على عكس السنوات الأولى للجائحة، أصبحت المعرفة بخيارات الحماية وفيرة الآن، وتعد اللقاحات ومضادات الفيروسات وسائل فعالة لمنع تطور المرض الخطير الذي يهدد الحياة. وقد قلل ذلك من خطر الإصابة بالعدوى للكثير من الأشخاص. وبالرغم من هذا فإن الأشخاص المعرضين لخطر أكبر للإصابة بمرض خطير بسبب تقدمهم في العمر أو إصابتهم بأمراض سابقة، لا يزالون بحاجة إلى حماية خاصة. ويساهم تصرفك الشخصي مساهمةً محورية في تقليل حالات العدوى والقضاء على سلاسل العدوى.

أين يمكن خطر الإصابة بعدوى فيروس كورونا "سارس كوف 2"؟

يظهر خطر الإصابة بالعدوى عند مخالطتك لشخص مصاب

- خلال يومين من بداية ظهور الأعراض على الشخص المصاب بالعدوى،
- وطوال الوقت الذي تظهر أعراض المرض فيه على الشخص المصاب
- وفي اليومين السابقين لظهور نتيجة الاختبار الإيجابية للشخص المصاب، في حالة لم تظهر عليه أعراض المرض.

"المخالطة عن قرب" مثلاً، عندما تقل مسافة التباعد الجسدي بين الشخصين عن 1,5 متر لأكثر من 10 دقائق، وعندما لا يرتدي الشخص المصاب ولا المخالطون له كمامة طبية أو كمامة FFP2 بشكل مستمر وصحيح. ويعتبر الحديث بين شخص مصاب وشخص مخالط بأنه "مخالطة مباشرة" دائماً بصرف النظر عن مدة الحديث، ما لم يكن كلاهما يرتدي الكمامة المناسبة.

يستمر الخطر الشديد للإصابة بالعدوى عادةً حتى تختفي الأعراض من الشخص المصاب.

هل يتواصل معي مكتب الصحة؟

تم إلغاء الإلزامية العامة للخضوع للحجر الصحي للمخالطين المباشرين، وكذلك متطلبات العزل للأشخاص الذين ثبتت إصابتهم. وتم استبدالها بالتدابير الاحترازية الإلزامية للأشخاص الذين ثبتت إصابتهم: الإلزام بارتداء الكمامة وحظر الدخول والأنشطة في بعض المرافق التي يوجد بها الأشخاص المعرضين لمخاطر عالية للإصابة الشديدة بالمرض أو حيث يوجد خطر كبير لانتشار العدوى. في حالات فردية، لا يزال بإمكان المصلحة الإدارية المختصة بالدائرة المعنية أن تفرض الحجر الصحي أو العزل. وإذا لم يحدث ذلك، لا يُسمح بالمخالطة عادةً.