



در صورت تماس با فرد مبتلا به ویروس چگونه باید رفتار کرد؟

برای کلیه افرادی که به خاطر تماس با فرد آلوده، احتمال ابتلای آن‌ها می‌رود رعایت این مورد الزامی است: رفتار مسئولانه!

رفتار مسئولانه توصیه‌های رفتاری

افرادی که با فرد آلوده به ویروس در زمانی که احتمال سرایت آلودگی وجود دارد، در تماس بوده‌اند باید به مدت ۵ روز به موارد زیر توجه کنند:

تماس با سایر افراد،

به ویژه کسانی که احتمال ابتلای سخت آن‌ها به کووید-۱۹ وجود دارد، را محدود کنند. تا حد ممکن دورکاری کنند.

رعایت اصل AHA+L:

رعایت فاصله، رعایت اصول بهداشتی، استفاده از ماسک در امور روزمره (حداکثر ایمنی با ماسک فیلتردار FFP2 حاصل می‌شود!) و هوادهی.

انجام تست اختیاری:

انجام داوطلبانه تست کرونا تا ۵ روز پس از تماس با فرد آلوده، به ویژه در صورت داشتن علائم.

توجه به حال خود:

توجه به علائم ویژه کرونا.

در صورت بروز علائم بیماری:

تماس‌های خود را به حداقل برسانید و نظر پزشک خانواده را جویا شوید.

توصیه‌هایی برای کارکنانی که با افرادی سروکار دارند که خطر ابتلای آن‌ها بالاست

کسانی که در بیمارستان، خانه سالمندان، مراکز مراقبت و نگهداری و یا در خدمات مراقبتی سرپایی اشتغال دارند و در نتیجه تماس زیادی با افرادی دارند که احتمال ابتلای سخت آن‌ها به کووید-۱۹ بسیار بالاست، علاوه بر رعایت مقررات عمومی، به انجام تست کرونا -تست آنتی‌بادی فوری یا تست تکثیر اسید نوکلئیک تا ۵ روز کامل پس از تماس با فرد آلوده توصیه می‌شوند. با این اقدام می‌توان از انتشار بیماری توسط افراد آلوده به بیماران پرخطر جلوگیری کرد.

اطلاعات بیشتر در خصوص کووید-۱۹:

خط تماس مستقیم دفتر ایالتی بهداشت و ایمنی مواد غذایی (LGL)

۰۹۱۳۱/۶۸۰۸ ۵۱۰۱

www.bayern.de: "کروناویروس - در یک نگاه"

www.stmgp.bayern.de/coronavirus، وبسایت اطلاع‌رسانی وزارت

بهداشت و مراقبت بایرن

ابتلا به کروناویروس سندرم حاد تنفسی ۲ هنوز هم مانند قبل رایج است. اما برخلاف سال‌های نخست شیوع همه‌گیری، امروز دانش ما درباره شیوه‌های ایمنی‌سازی در حد بالایی است و به کمک واکسیناسیون و داروهای ضدویروس راه مؤثری برای جلوگیری از سیر سخت و خطرناک بیماری در اختیار داریم. از اینرو خطر ابتلا به عفونت برای بسیاری از افراد کاهش پیدا کرده است. با این وجود، افرادی که به دلیل کهولت سن یا ابتلا به بیماری‌های زمینه‌ای، خطر ابتلای سخت آن‌ها وجود دارد همانند قبل نیاز به حفاظت ویژه دارند. به منظور پیشگیری از ایجاد زنجیره عفونت، رفتار مسئولانه شما سهمی تعیین‌کننده در این میان ایفا می‌کند.

در چه صورتی خطر ابتلا به کروناویروس سندرم حاد تنفسی ۲ وجود دارد؟

خطر ابتلا به ویروس در صورت تماس نزدیک با فرد مبتلا به ویروس در موارد زیر وجود دارد:

- حتی تا ۲ روز قبل از بروز علائم در فرد آلوده،
- در تمام مدتی که فرد مبتلا دارای علائم بیماری است،
- و دو روز قبل از مثبت شدن تست فرد آلوده، حتی اگر علائمی از بیماری نیز در او مشهود نباشند.

منظور از "تماس نزدیک" زمانی است که فاصله با فرد آلوده به ویروس به مدت بیش از ۱۰ دقیقه کمتر از ۱/۵ متر بوده باشد و هیچ‌یک از دو طرف از ماسک پزشکی یا فیلتردار FFP2 استفاده نکرده باشند. گفتگوی میان فرد آلوده به ویروس و فرد مقابل در صورتی که طرفین از ماسک استفاده نکرده باشند، صرفنظر از طول زمان گفتگو، همواره به عنوان "تماس نزدیک" محسوب می‌شود.

خطر حاد سرایت ویروس تا زمانی که علائم فرد مبتلا به پایان نرسیده وجود دارد.

آیا از اداره بهداشت با من تماس می‌گیرند؟

مقررات عمومی قرنطینه برای نزدیکان فرد مبتلا، و نیز الزام جداسازی فردی که تست او مثبت شده لغو شده‌اند. در عوض اقدامات حفاظتی دیگری برای فردی که تست او مثبت شده جایگزین شده‌اند: رعایت مقررات مربوط به ماسک و ورود به اماکن -همچنین در محل‌های کاری که در آن‌ها از افرادی نگهداری می‌شود که خطر ابتلای سخت آن‌ها به بیماری بالاست و یا احتمال سرایت بیماری زیاد است، الزامی است. با این حال، در موارد خاص ممکن است ادارات ذیربط منطقه دستور به قرنطینه یا جداسازی دهند. ولی در مکان‌هایی که این چنین نباشند، به طور کلی دیگر نیازی به تماس و اطلاع دادن نیست.