

متى تكون مغادرة المنزل آمنة

إذا كانت لديك أعراض كوفيد-19 أو تعيش مع شخص يعاني من الأعراض؟

لا يمكن لأصحاب العمل الثأر من العمال لأنهم إبتعدوا لفترة عن العمل في ظل هذه الظروف، ولكن يجب عليك إخطار صاحب العمل. إذا لزم الأمر، يمكنك تقديم شكوى إلى إدارة السلامة والصحة المهنية في ميشيغان (MIOSHA). تعرف على المزيد على الموقع الإلكتروني Michigan.gov/MIOSHAcomplaint.

بالنسبة لي (العزل في المنزل)

لقد تم تشخيصي
بكوفيد-19.

لقد ظهرت علي أعراض
واحدًا أو أكثر من
أعراض كوفيد-19

لم تصاب بحمى لمدة **72 ساعة الأخيرة على الأقل**
(3 أيام كاملة) دون إستخدام الأدوية
التي تقلل من الحمى،

- و -

تحسنت الأعراض الأخرى، مثل السعال أو ضيق
التنفس،

- و -

لقد مرت **10 أيام على الأقل** منذ أن
ظهرت لديك الأعراض لأول مرة.

إذا أجبت بنعم على جميع الشروط،
يمكنك إنهاء العزلة المنزلية.

الإتصالات الوثيقة (الحجر الصحي)

أعيش مع شخص
مصاب
بكوفيد-19.

أعيش مع شخص يعاني
من واحد أو أكثر من
أعراض كوفيد-19

إبق في المنزل لمدة **14 يومًا** بعد آخر
إتصال لك بالشخص المريض.
راقب الأعراض لديك مرتين يوميًا.

إذا لم يظهر واحد
أو أكثر من الأعراض
خلال فترة الحجر
لمدة **14 يومًا**، فيمكنك
أن تنتهي الحجر
الصحي في المنزل.

كيف أراقب نفسي؟



تحقق من درجة حرارتك
مرتين يوميًا وإبحث عن
الأعراض الشائعة مثل:

- حمى
- سعال
- ضيق في التنفس

للحصول على قائمة كاملة
بالأعراض، قم بزيارة الموقع
bit.ly/2xQkl60. إذا كنت قلقًا
بشأن صحتك أو ظهرت عليك
أعراض، فإتصل بمقدم الرعاية
الصحية أو الرعاية العاجلة.

هل يجب أن أرتمي غطاء وجهي؟



إذا اضطرت إلى مغادرة المنزل، فيجب على كل شخص بغض النظر عن صحته
تغطية أنفه وفمه بقطعة منسوجة منزلياً أو وشاح أو ربطة الرأس (bandana) أو
منديل، خاصة عندما يصعب الحفاظ على التباعد لمسافة 6 أقدام.

*إذا كان بإمكانك إجراء إختبار لتحديد ما إذا كنت لا تزال معديًا، يمكنك مغادرة المنزل بعد تلقي نتيجة سلبية لإختبارين إجريتها على التوالي، بفارق 24 ساعة على الأقل. جميع الإجراءات في هذا المخطط هي لعامة الناس. لا تنطبق على وجه التحديد على العاملين في منشأة للرعاية الصحية، والمستجيبين الأوائل (على سبيل المثال، منتسبي الشرطة، رجال الإطفاء، والمساعدين الطبيين)، وموظفي السجن.