

لائحة التعليمات للأشخاص المتصلين بشكل مباشر مع مرضى كوفيد 19

لقد كنت على احتكاك مع شخص مصاب بفيروس كورونا ، فماذا يتوجب عليّ فعله؟

1. أعمل مع كبار السن أو أشخاص يعانون من أمراض سابقة، فماذا ينطبق عليّ؟

❖ إبلاغ صاحب العمل الخاص بك.

2. أخذت اللقاح بشكل كامل أو تعافيت من المرض، فماذا ينطبق عليّ؟

لا ينبغي عليك البقاء في الحجر الصحي و ستكون محمياً بشكل جيد ، ولكن في بعض الحالات يمكن أن ينتقل الفيروس بالرغم من التطعيم لذا يجب علينا اتباع التعليمات التالية لمدة 10 أيام :

❖ عند الاتصال المباشر مع كبار السن أو الأشخاص الذين يعانون من أمراض سابقة أو النساء الحوامل فمن الأفضل المحافظة على التباعد و ارتداء أقمعة FFP2.

❖ من الإجراءات المفيدة ايضا القيام باختبارات كورونا بشكل دوري.

❖ ينصح بتقليل العلاقات الاجتماعية الخاصة لمدة 10 أيام.

وفقا للقوانين النازمة لإجراء اختبارات كورونا لديك إمكانية إجراء اختبار PoC أو اختبار PCR . إذا لم تتواجد أي أعراض إصابة بالمرض لديك، ينصح بإجراء هذه الاختبارات بعد اليوم الخامس من الاتصال المباشر مع شخص مصاب، بذلك تكون النتائج أكثر دقة. يمكن إجراء هذه الاختبارات من قبل طبيبك العام أو عن طريق مركز فحص كورونا. هنا تحتاج إلى شهادة التطعيم بالإضافة إلى بطاقةك الشخصية و بطاقة التأمين الصحي. يتم تغطية التكاليف حسب 2 (1) من Coronavirus-Testverordnung-TestV من قبل الجهات الصحية المعنية.

3. أنا لم اخذ اللقاح بشكل كامل أو لم أصب بالعدوى بعد، فماذا ينطبق عليّ؟

بصفتك مخالطاً مباشراً لشخص مصاب و لم يتم تطعيمك أو إصابتك بالمرض ثم تعافيت، فعليك التزام الحجر الصحي.

وفقاً لمعهد روبرت كوخ (RKI)، هناك ثلاثة خيارات للحجر الصحي:

1. الحجر الصحي في المنزل لمدة 10 أيام، إذا لم تظهر عليك أي أعراض، فستنتهي صلاحية هذا الحجر الصحي تلقائياً.

2. الحجر الصحي في المنزل لمدة 5 أيام. يمكن إجراء اختبار PCR ابتداءً من اليوم السادس وبمجرد ظهور نتائج سلبية لاختبار PCR ينتهي الحجر الصحي .

3. الحجر الصحي في المنزل لمدة 7 أيام ومن ثم إجراء اختبار مستضد PoC السريع المعتمد، هنا أيضًا يعتبر الحجر الصحي منتهيًا بمجرد أن تكون نتيجة الاختبار سلبية.

وفقًا للمادة 2 (1) من Coronavirus-Testverordnung-TestV، سيتم تحمل التكاليف من قبل الجهات المعنية. الرجاء إبلاغ مركز الاختبار بأنك مازلت في الحجر الصحي والبقاء مرتدياً كمائة من نوع FFP2.

4. على الأشخاص الملقحين وغير الملقحين المخالطين لشخص مصاب اتباع التعليمات التالية:

مراقبة الأعراض لمدة 14 يومًا. إذا ظهرت أعراض الإصابة بالفيروس، أخبر طبيب الأسرة الخاص بك على الفور **هاتفياً**، وإذا لزم الأمر الاتصال بالخدمة الطبية (116117) وقم بطلب إحالة طبية لإجراء فحص PCR.

ما هي الاجراءات المفيد اتباعها في المنزل؟

- تهوية المكان جيدا
- غسل اليدين بانتظام
- السعال والعطس في ثنية مرفق اليد
- قضاء الكثير من الوقت في غرفة منفصلة

المزيد من المعلومات تجدونها ضمن الرابط التالي:

https://www.lk-vr.de/media/custom/3034_2873_1.PDF?1631774037