

إذا كنت شخص اتصال قريب لحالة إصابة مؤكدة بـ COVID-19، أو كنت في نفس المكان (مواقع الاهتمام) مع الشخص المصاب وتم تحديده بأنه عالي الخطورة. هذا ما عليك القيام به.

هل يحتاج الأشخاص الذين تعيش معهم إلى فعل أي شيء؟

نعم

يجب عليك البقاء في البيت 5 أيام على الأقل.

سيحتاج جميع أفراد الأسرة* البقاء في المنزل حتى تستلم نتائج فحص اليوم 5 للشخص المعني، الذي تواجد في مواقع الاهتمام سلبية.

هذا يعني بأن على كل من في المنزل عدم الخروج منه لأي سبب كان. قبل ذلك، اطلب من العائلة أو الأصدقاء توصيل المواد الغذائية والأدوية إلى باب منزلك أو قم بالتبضع عبر الإنترنت.

لا يحتاج أفراد الأسرة إلى إجراء الفحص ما لم تظهر عليهم أعراض المرض أو إذا طلب منهم مسؤول الصحة ذلك.

*إذا كنت أحد موظفي الرعاية الصحية، فقد لا ينطبق عليك ذلك. الرجاء التأكد من خط الصحة (Healthline).

الانتباه لوجود أعراض؟

نعم

لمدة 14 يوماً بعد آخر مرة كنت بالقرب من شخص مصاب بـ COVID-19.

يمكن أن تشمل أعراض COVID-19 واحدة أو أكثر من ما يلي: البدء بالسعال أو تفاقمه، الحمى، صعوبة في التنفس، التهاب الحلق، سيلان الأنف، فقدان مؤقت لحاسة الذوق أو الشم.

قد يعاني بعض الأشخاص أيضاً من حالات: الإسهال، الصداع، آلام في العضلات، الغثيان، الارتباك، حدة في الطبع.

ستتصل بك الصحة العامة بشكل منتظم للاطمئنان على صحتك. أخبرهم إذا كانت لديك أعراض.

إذا ظهرت عليك الأعراض - حتى إذا كنت بالفعل قد أجريت فحصاً نتيجته سلبية - فستحتاج إلى:

- إجراء فحص آخر على الفور، و
- الاستمرار في إكمال الحد الأدنى من فترة العزل الذاتي التي تبلغ 14 يوماً - حتى إذا ظهرت نتيجة الفحص سلبية مرة أخرى.

إجراء الفحص؟

الفحوصات مجانية

نعم

عليك بإجراء الفحص فوراً. ستحتاج بعد ذلك إلى إجراء فحص آخر في اليوم 5 وآخر في اليوم 12 بعد أن كنت بالقرب من الشخص المصاب بـ COVID-19.

ستحتاج إلى إجراء الفحص ثلاث مرات على الأقل:

- على الفور، و
- وبعد 5 أيام من آخر مرة كنت بالقرب من شخص مصاب بـ COVID-19، و
- بعد 12 يوماً من آخر مرة كنت بالقرب من شخص مصاب بـ COVID-19.

في بعض الأحيان تكون هناك حاجة لفحوصات إضافية. على سبيل المثال، إذا ظهرت عليك أعراض COVID-19. ستخبرك الصحة العامة بموعد إجراء الفحص.

نتيجة الفحص إيجابية: أنت مصاب بـ COVID-19 (سوف تتصل بك الصحة العامة).

حتى إذا كانت نتيجة فحصك سلبية، فأنت بحاجة إلى عزل نفسك لحين سماعك من الصحة العامة أنه يمكنك مغادرة منزلك.

للحصول على معلومات حول مراكز الفحص، اتصل بهيلثلاين (0800 358 5453) أو قم بزيارة healthpoint.co.nz/covid-19/

العزل؟

نعم

عزل نفسك على الفور في المنزل أو في أحد مرافق العزل الحكومية لمدة 14 يوماً على الأقل.

تبدأ فترة عزلك لـ 14 يوماً بعد آخر مرة كنت فيها بالقرب من شخص مصاب بـ COVID-19.

وهذا يعني بأنه لا يمكنك الذهاب إلى العمل أو الذهاب لممارسة الرياضة خارج المنزل. قم بالتسوق عبر الإنترنت أو اطلب من العائلة أو الأصدقاء شراء المواد الغذائية أو الدواء لك.

إذا كنت تعيش مع شخص مصاب بـ COVID-19، فإن مدة عزلك الذاتي تبدأ في اليوم التالي لمغادرة هذا الشخص للمنزل (على سبيل المثال، لذهابه إلى أحد مرافق العزل الحكومي) أو تعافيه من COVID-19.

في بعض الأحيان، يُطلب من أشخاص الاتصال القريبين الانتقال إلى أحد مرافق العزل الحكومي لعزلهم. وهذا لحماية الأشخاص الذين يعيشون معهم.

هناك دعم مالي للأشخاص الذين يُطلب منهم عزل أنفسهم بسبب COVID-19.

عزل نفسك ذاتياً حتى تسمح لك الصحة العامة بمغادرة العزل.

اتصل بخط هيلثلاين Healthline إذا ظهرت عليك أعراض أو احتجت إلى المشورة: اتصل على الرقم 0800 358 5453. اتصل بسيارة إسعاف على الرقم 111 إذا كنت تعاني من صعوبة في التنفس.