

برگه اطلاع‌رسانی قرنطینه در زاکسن

معتبر از: 22 نوامبر 2021

در صورت سوءظن نسبت به ابتلای خود به ویروس کرونا ویروس سندرم حاد تنفسی 2 (SARS-CoV-2)، در صورت نتیجه مثبت تست یا وجود یک فرد تماس نزدیک، چه باید کرد؟¹

1. در صورت سوءظن نسبت به بیماری

نتیجه خودتست شما (بدون نظارت) مثبت بود یا نشانه‌های کووید دارید و یک تست پی‌سی‌آر داده‌اید؟

- باید در خانه بمانید (یعنی خود را قرنطینه کنید).
- فقط زمانی می‌توانید خانه یا اقامتگاه خود را ترک کنید که به کمک درمانی نیاز دارید (به مطب پزشک اطلاع دهید که احتمال می‌دهید بیمار باشید).
- اگر با افراد دیگر زندگی می‌کنید، در صورت امکان از آنها دور شوید.
- شما نمی‌توانید مهمانانی داشته باشید که با شما زندگی نمی‌کنند.
- لطفاً به کارفرمای خود اطلاع دهید که احتمال ابتلای شما به ویروس وجود دارد و ممکن است به ویروس کرونا مبتلا شده باشید.

اگر نتیجه تست پی‌سی‌آر منفی باشد، قرنطینه فوراً به پایان می‌رسد. نتیجه منفی تست را ننگه دارید. اگر نتیجه تست پی‌سی‌آر مثبت باشد، همچنان باید در قرنطینه بمانید (نگاه کنید به: 2. نتیجه تست مثبت).

2. در صورت مثبت بودن نتیجه تست:

- باید حداقل 14 روز در خانه بمانید (یعنی خود را قرنطینه کنید). اگر همچنان نشانه‌هایی داشته باشید، زمان قرنطینه تمدید می‌شود.
- تنها زمانی می‌توانید بیرون بروید که بخواهید به پزشک مراجعه کنید.
- اگر با افراد دیگری زندگی می‌کنید و در دو روز آخر، تماس نزدیک با آنها داشتید، باید فوراً به آنها بگویید که نتیجه تست شما مثبت است و آنها نیز باید در خانه بمانند (نگاه کنید به: 3. اشخاص تماس).
- به همه افراد دیگر (همچنین افراد بهبودیافته و واکسینه شده) که در دو روز آخر پیش از تست یا پیش از بروز نشانه‌ها با آنها تماس داشتید، اطلاع دهید. همه آنها باید در روز 4 یا 5 پس از تماس با شما، تست بدهند. این کار در یک مرکز تست انجام می‌شود.
- از نزدیک شدن به افراد در خانه‌تان پرهیز کنید تا آنها را بیمار نکنید.
- به کارفرما یا مدرسه خود اطلاع دهید.
- اپلیکیشن هشدار کرونا (Corona-Warn-App) را فعال کنید و نتیجه تست خود را بفرستید.
- اگر به طور کامل واکسینه شده‌اید و نشانه‌ای ندارید، می‌توانید در روز 5 یک تست پی‌سی‌آر یا در روز 7 یک تست سریع آنتی‌ژن در یک مرکز تست انجام دهید.
- اگر تست منفی باشد، قرنطینه شما به پایان می‌رسد. نتیجه تست را ننگه دارید، چون اداره سلامت ممکن است بخواهد آن را ببیند.

3. در صورت تماس نزدیک با فردی که نتیجه تست او مثبت است (شخص تماس):

- اگر با فردی زندگی می‌کنید که نتیجه تست او مثبت بوده است، شما یک شخص تماس (عضو خانوار) هستید. اگر به طور کامل واکسینه نشده‌اید یا بهبودیافته نیستید (یعنی تست پی‌سی‌آر زودتر از شش ماه قبل)، باید در خانه بمانید (خود را قرنطینه کنید).
- قرنطینه شما در روز نخست پس از تماس آغاز می‌شود و پس از 10 روز به پایان می‌رسد، البته اگر تا آن موقع نتیجه تست خودتان هم مثبت نباشد یا نشانه بیماری نداشته باشید.
- به کارفرما یا مدرسه خود اطلاع دهید. می‌توانید از اطلاعات دریافت شده از اداره سلامت درباره فردی که نتیجه تستش مثبت است و با شما زندگی می‌کند، به عنوان سند استفاده کنید.
- تنها زمانی می‌توانید بیرون بروید که بخواهید به پزشک مراجعه کنید یا تست بدهید.
- در روز 7 می‌توانید تست پی‌سی‌آر یا تست سریع آنتی‌ژن بدهید تا قرنطینه را زودتر به پایان ببرید. این کار در یک مرکز تست انجام می‌شود. نتیجه تست را ننگه دارید، چون اداره سلامت ممکن است بخواهد آن را ببیند.
- همه افرادی که با افراد دارای نتیجه مثبت تست تماس داشتند (از جمله هشدار در اپلیکیشن هشدار کرونا (Corona-Warn-App)) و قرنطینه نشده‌اند، باید در روز 4 یا 5 پس از تماس تست بدهند و تا آن موقع با تعداد افراد بسیار کمی دیدار کنند.

اطلاعات بیشتر در: وبسایت ناحیه یا شهرهای مستقل شما و <http://www.coronavirus.sachsen.de>.

برای این که بتوانیم باهم بیماری همه‌گیر را متوقف کنیم، همکاری شما در حال حاضر بسیار مهم است.

¹ بر اساس فرمان عمومی مربوط به دوری از افراد تماس نزدیک، افراد مشکوک و افرادی دارای نتیجه مثبت تست ویروس کرونا در ناحیه یا شهرهای مستقل شما در ایالت آزاد زاکسن – پایگاه اینترنتی آنها را ببینید.