



ما هو الحجر الصحي؟

يُبقى الحجر الصحي الشخص الذي ربما تعرض لفيروس SARS-CoV-2، الفيروس المسبب لمرض COVID-19، بعيدًا عن الآخرين.

<ul style="list-style-type: none"> • ابق في المنزل لمدة 5 أيام على الأقل، بعد آخر اتصال لك مع شخص مصاب بفيروس COVID-19. • يمكن أن ينتهي الحجر الصحي بعد اليوم الخامس إذا بقيت بدون أعراض. ➤ في اليوم الخامس أو بعده، يجب عليك إجراء اختبار COVID-19 قبل إنهاء الحجر الصحي. ➤ إذا كان الاختبار إيجابيًا، فينبغي عليك اتباع توصيات العزل. ➤ إذا لم تتمكن من إجراء الاختبار أو اخترت عدم الخضوع له، فمن الأفضل أن يتم الحجر الصحي حتى اليوم العاشر. • ارتد قناعًا مناسبًا وأنت في محيط الآخرين لمدة 10 أيام إجمالًا، لا سيما في الأماكن المغلقة (انظر إرشادات ارتداء القناع أدناه للحصول على معلومات إضافية). • إذا ظهرت عليك الأعراض، ابق في المنزل وقم بإجراء الاختبار، إن أمكن. إذا لم تتمكن من إجراء الاختبار أو كان اختبارك إيجابيًا، فاتبع توصيات العزل. 	<ul style="list-style-type: none"> • غير مُلقح 	<p>لحجر الصحي</p>
<ul style="list-style-type: none"> • إجراء الاختبار في اليوم الخامس. ➤ إذا كان الاختبار إيجابيًا، فينبغي عليك اتباع توصيات العزل. ➤ استثناء: لا تحتاج إلى إجراء الاختبار لمدة تصل إلى 90 يومًا بعد الإصابة بفيروس COVID-19. • ارتد قناعًا مناسبًا جيدًا وأنت في محيط الآخرين لمدة 10 أيام، خاصة في الأماكن المغلقة (انظر إرشادات ارتداء القناع أدناه للحصول على معلومات إضافية). • إذا ظهرت عليك الأعراض، ابق في المنزل وقم بإجراء الاختبار، إن أمكن. إذا لم تتمكن من إجراء الاختبار أو كان اختبارك إيجابيًا، فاتبع توصيات العزل. • يجب على الأشخاص الذين يعيشون أو يعملون أو يزورون بانتظام الأماكن التي تعتبر عالية الخطورة لانتشار فيروس COVID-19 الشديد أو التي لديها مجموعات سكانية سريعة التأثير (على سبيل المثال: دور رعاية المسنين والسجون وملاجئ المشردين) اتباع إرشادات إضافية من المنشأة. 	<ul style="list-style-type: none"> • مُلقح بالكامل • إصابة سابقة بفيروس COVID-19 خلال آخر 90 يومًا. 	<p>ال حاج فلحجر الصحي</p>

إلحظة (4/8/22):

تستمر دائرة الصحة المحلية في مقاطعة ألاميدا في اتباع إرشادات مراكز مكافحة الأمراض والوقاية منها (CDC) الأكثر صرامة من تلك المعتمدة حاليًا من قبل إدارة الصحة العامة بكاليفورنيا ومدينة بيركلي، وهي دائرة قضائية صحية محلية مستقلة. يسرد التوجيه أعلاه الحد الأدنى من متطلبات مقاطعة ألاميدا، على الرغم من أن خطر انتقال العدوى قد يكون موجودًا في الأيام الخمسة الماضية. الابتعاد عن الآخرين لمدة 10 أيام يُشكّل الخيار الأكثر أمانًا.

للحصول على معلومات حول اللقاحات أو الأهلية للحصول على الجرعات المنشطة، يرجى زيارة: www.bit.ly/Vx-Eligible

إرشادات ارتداء الأقنعة:

يُشكّل ارتداء قناع مناسب أمرًا ضروريًا لحماية الآخرين خلال 10 أيام بعد التعرض للفيروس. للحصول على معلومات حول كيفية استخدام الأقنعة بشكل أكثر فاعلية، يرجى الرجوع إلى هذا الرابط:

<https://www.cdph.ca.gov/Programs/CID/DCDC/Pages/COVID-19/Get-the-Most-out-of-Masking.aspx>



ALAMEDA COUNTY HEALTH CARE SERVICES AGENCY
PUBLIC HEALTH DEPARTMENT

Colleen Chawla – Agency Director
Kimi Watkins-Tartt – Director
Nicholas Moss, MD – Health Officer

Contact
Public Health Department:
(510) 267-8000 Main Line
COVID-19 Information:
(510) 268-2101

www.acphd.org