



### قرنطینه چیست؟



قرنطینه فردی را که احتمالاً در معرض SARS-CoV-2، ویروس عامل COVID-19 بوده است را از دیگران جدا می‌کند.

### من چه مدت باید در قرنطینه بمانم؟

واکسینه نشده	واکسینه کامل
<p>توصیه می‌شود همه افراد تماس نزدیک آزمایش COVID-19 بدهند. در اغلب افراد <b>واکسینه نشده</b>، دو گزینه برای تعیین مدت قرنطینه وجود دارد. لطفاً توجه داشته باشید که روز تماس، روز 0 در نظر گرفته می‌شود.</p> <p><b>گزینه 1:</b> در صورت عدم ابتلا به COVID شما باید بعد از تماس، 10 روز در خانه بمانید.</p> <p><b>گزینه 2:</b> شما باید به مدت 7 روز در خانه بمانید و اگر جواب آزمایش COVID شما منفی باشد (آزمایش باید در روز 5 یا بعد از آن انجام شود)، ترخیص می‌شوید. اگر نتیجه مثبت بود، یا علائم COVID داشتید، باید <b>بلافاصله</b> خود را ایزوله کرده و با تامین‌کننده خدمات درمانی یا اداره بهداشت عمومی درباره راهنمای ایزوله تماس بگیرید.</p>	<p><b>افراد واکسینه</b> که با افرادی تماس داشتند که مشکوک به COVID-19 هستند یا ابتلای آنها تایید شده است، در صورت داشتن همه معیارهای زیر، نیاز به قرنطینه ندارند:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• حداقل 2 هفته از زمان دریافت دوز واکسن آخر گذشته باشد – دوز آخر واکسن به معنی دوز دوم در واکسن‌های دو دوزی (مثل فایزر، مدرنا یا سایر واکسن‌های مورد تایید سازمان بهداشت جهانی مثل کوویدشیلد یا آسترانکا) یا 1 دوز از واکسن تک دوزی (جانسون و جانسون) است.</li> <li>• از زمان آخرین تماس نزدیک، علائم COVID-19 نداشتند</li> </ul> <p>حتی به افراد واکسینه شده‌ای که علائم ندارند، توصیه می‌شود 5-7 روز بعد از مواجهه با مورد COVID-19 آزمایش بدهند.</p>

اداره بهداشت عمومی کالیفرنیا روزآمد راهنمای COVID-19 را بر مبنای راهنمای CDC تهیه کرده است که از این قسمت <https://bit.ly/3hWbBPo> قابل دریافت است

دستور افسر بهداشت کانتی آلامدا درباره قرنطینه را می‌توانید <https://bit.ly/3kznDQk> این قسمت ببینید

برای دریافت راهنمای کامل قرنطینه، لطفاً این بسته ایزوله/قرنطینه جامع <https://bit.ly/3hYz7vc> را ببینید. اگر قادر به دنبال کردن این پیوند نیستید، با شماره 510.268.2101 تماس گرفته و درخواست کنید یک بسته برای شما پست شود.



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](http://www.acphd.org)

Ver: 9-14-2021