



من فکر می کنم یا می دانم که من COVID-19 دارم و علائمی هم دارم.

چه زمانی می توانم از انزوا بیرون بیایم؟

می توانید بعد از این موارد در کنار دیگران باشید:

- گذشت 10 روز از ابتدای بروز علائم و

- 24 ساعت بدون تب و

- زمانی که علائم COVID-19 شما بهبود یافته است.



اگر علائمی ندارم، آیا باید در انزوا کامل باشم؟

بله! برخی از افراد که آزمایش مثبت COVID-19 دارند، هیچ گاه علائمی پیدا نمی کنند، اما هنوز هم می توانند ویروس را به دیگران منتقل کنند. تا 10 روز بعد از آزمایش مثبت خود در خانه بمانید و از دیگران دوری کنید.



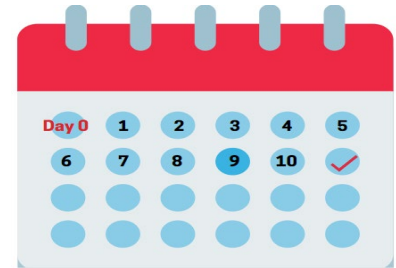
من کاملاً واکسینه شده ام، آیا باید در انزوا کامل باشم؟

بله! واکسن ها 100٪ در جلوگیری از COVID-19 موثر نیستند. درصد کمی از افراد کاملاً واکسینه شده هستند که یا به دلیل COVID-19 یا آزمایش مثبت، علائمی پیدا می کنند، اما هرگز علائمی ندارند.

روز صفر (0) اولین روز بروز علائم یا روزی است که

تحت آزمایش قرار گرفته اید.

در روز 11 می توانید از انزوا را بیرون بیایید. \*



برای بیرون آمدن از انزوا یا بازگشت به کار به آزمایش منفی نیازی ندارید.

\* تعداد کمی از افراد باید به دستور پزشک خود به مدت 20 روز در انزوا قرار گیرند.



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)

5/12/2021