



به: همه کارفرمایان شهرستان آلامدا
از: Nicholas J. Moss, MD, MPH، وزارت بهداشت
موضوع: راهنمای بازگشت به کار برای موارد و افراد در تماس نزدیک

اداره بهداشت عمومی شهرستان آلامدا (ACPHD) خود را ملزم به تضمین سلامت و ایمنی همه ساکنان یا شاغلان شهرستان آلامدا می‌داند. از توجه شما به الزامات ایالتی و محلی مربوط به ایمنی محل کار، از جمله استفاده از محافظ صورت، رعایت فاصله 6 فوتی بین افراد، پایش مرتب نشانه‌ها و حمایت از کارکنان بیمار برای ماندن در منزل، سپاسگزاریم.

کووید-19 در جامعه ما شیوع یافته است و ممکن است برخی از کارکنان شما نیز به این ویروس مبتلا شده باشند. طبق دستورهای مامور بهداشت، افراد مبتلا به کووید-19 باید در منزل بمانند و به مدت حداقل 10 روز از دیگران جدا باشند. در روز 11، اگر آنها دیگر مبتلا به تب و دیگر نشانه‌ها نباشند، می‌توانند از انزوا خارج شوند و به محل کار بازگردند. **ACPHD اکیداً به کارفرمایان توصیه می‌کند که به افراد مبتلا به کووید-19 اجازه دهند که 10 روز پس از ظهور نشانه‌ها (یا 10 روز پس از اعلام شدن نخستین نتیجه مثبت آزمایش، در افراد بدون نشانه) به محل کار بازگردند.**

لازم نیست افراد واکسینه شده‌ای که دچار علائم نیستند، خود را قرنطینه کنند اما باید علائم بیماری را تا 14 روز در خود پایش کنند. افراد واکسینه نشده‌ای که با فرد مبتلا به کووید-19 در تماس نزدیک بوده‌اند باید خود را در خانه قرنطینه کنند. دو گزینه برای تعیین طول قرنطینه وجود دارد.

گزینه 1: در صورتی که آزمایش کووید را انجام نداده‌اید، شما باید به مدت 10 روز پس از آخرین تماس نزدیک در خانه بمانید.

گزینه 2: شما باید 7 روز در خانه بمانید و در صورت منفی بودن آزمایش کووید می‌توانید در روز 8 از قرنطینه خارج شوید (آزمایش باید در روز 5 یا بعد از آن انجام شود). اگر نتیجه آزمایش شما مثبت است یا علائم کووید در شما ظاهر می‌شود، باید فوراً خود را جداسازی کنید و با ارائه‌دهنده مراقبت‌های بهداشتی خود یا بخش بهداشت عمومی برای راهنمایی در مورد جداسازی تماس بگیرید.

بیشتر افرادی که با شخص مبتلا به کووید-19 تماس نزدیک داشته‌اند، باید به مدت حداقل 10 روز پس از آخرین تماس در قرنطینه خانگی بمانند. در روز 11، اگر آنها دیگر دارای نشانه نباشند، می‌توانند از قرنطینه خارج شوند و به محل کار بازگردند. برخی گروه‌ها مشمول قرنطینه 14-روزه می‌شوند، مثلاً افرادی که با اشخاص در معرض ابتلای شدید به کووید-19 (مانند مبتلایان به دیابت نوع 2 یا تحت شیمی‌درمانی) تماس نزدیک داشته‌اند، و افراد ساکن یا شاغل در مراکز همگانی (مانند زندان و آسایشگاه) مشمول این نوع قرنطینه هستند. از نظر ما، کسانی که دوران **قرنطینه** خود را گذرانده‌اند، برای بازگشت به کار نیازی به ارائه نتیجه منفی آزمایش ندارند.

این پیشنهاد استاندارد اداره بهداشت عمومی است که بر اساس یافته‌های علمی و رهنمود اداره بهداشت عمومی کالیفرنیا (CDPH) و مراکز فدرال کنترل و پیشگیری از بیماری (CDC) تعیین شده است. تکرار آزمایش برای افرادی که قبلاً نتیجه آنها مثبت بوده است، ضرورتی ندارد - آزمایش دوم ارزش بالینی چندانی ندارد؛ شواهد حاکی از آن است که بیشتر افراد پس از 10 روز به احتمال فراوان دیگر آلوده نیستند.

آزمایش منفی مجوز راه موثری برای تعیین ناقل بودن فرد نیست، زیرا آزمایش‌های بسیار حساس ممکن است تا هفته‌ها پس از خروج فرد از حالت ناقل، از ذرات ویروس مرده تأثیر بپذیرد. آزمایش مجوز همچنین زیرساخت‌های درمانی را تحت فشار قرار می‌دهد. **ACPHD نامه مجوز برای بازگشت به کار افراد صادر نمی‌کند و گواهی پزشکی یا ارائه‌دهندگان خدمات پزشکی نیز معتبر محسوب نمی‌شود.**

از همکاری شما و نقش مهمی که در حفظ ایمنی جوامع ما دارید، سپاسگزاریم.