

ماذا تفعل إذا ظهرت نتيجة الفحص إيجابية لكورونا-19

28 مارس 2023

المواد ذات الصلة:

- [ماذا تفعل إذا تعرضت لشخص مصاب بكورونا-19](#)
- [توجيه العزل والحجر الصحي لمرض كوفيد-19](#)
- [قم بإجراء الفحص للحصول على العلاج](#)

إن كوفيد-19 معدى جدًا ويمكن أن يؤدي إلى المرض الحاد أو الوفاة بالنسبة لبعض الأشخاص. إذا جاءت نتيجة فحشك إيجابية، فهناك خطوات مهمة يمكنك اتخاذها للمساعدة في الحفاظ على نفسك ومن حولك في أمان:

1. اطلب علاج كوفيد-19 فوراً إذا كان لديك أعراض.
2. اعزل نفسك بالبقاء في المنزل والابتعاد عن الآخرين.
3. ارتد كمامات عندما تكون في محيط أشخاص آخرين في الأماكن الداخلية.
4. اتخذ الاحتياطات وأبلغ من خالطوك.

قد يكون لصاحب عملك أو المدرسة أو مكان إقامتك، أو [إدارة الصحة المحلية](#) توصيات أو متطلبات مختلفة، خاصةً إذا كنت تعيش أو تعمل في مكان [للرعاية الصحية](#).

1. اطلب علاج كوفيد-19 فوراً إذا كان لديك أعراض.

الأدوية لعلاج كوفيد-19 مجانية ومتاحة على نطاق واسع وفعالة لمنع مرض كوفيد-19 من أن يصبح خطيراً.

يجب على كل شخص يبلغ من العمر 12 عاماً أو أكبر لديه أعراض وكانت نتيجة فحص كوفيد-19 الخاصة به إيجابية التحدث مع مقدم رعاية صحية حول العلاج. ثبت أن العلاجات فعالة بنسبة تصل إلى 88% في الوقاية من المرض الخطير ودخول المستشفى والوفاة بسبب كوفيد-19.

تشير الأدلة المبكرة أيضاً إلى أن علاج كوفيد-19 قد يقلل من خطر الإصابة بأعراض [كوفيد طويلة المدى](#) ، والتي يمكن أن تستمر لأسابيع أو شهور أو سنوات بعد الإصابة بكورونا-19. بالإضافة إلى ذلك، قد تساعدك علاجات كوفيد-19 على التخلص من العدوى وظهور نتيجة الفحص سلبية في وقت أبكر.

تصرّف بسرعة. تعلم أدوية كوفيد-19 بأفضل فعالية عند بدء تناولها خلال أول 5-7 أيام بعد ظهور الأعراض. الأدوية مجانية حالياً بغض النظر عن وضع التأمين أو الجنسية، ولكن يجب أن يكون لديك وصفة طبية.

تشمل خيارات الحصول على وصفة طبية للأدوية لكورونا-19 ما يلي:

- اتصل بطبيبك أو مركز الرعاية العاجلة أو مقدم خدمات التأمين لتحديد موعد، والذي يشمل موعداً عبر الهاتف أو الفيديو.
- اتصل بالخط الساخن لمرض كوفيد-19 على مستوى الولاية على الرقم 833-422-4255.
- اعثر على مكان إجراء الفحص للحصول على العلاج بالقرب منك. يمكن لهذه الأماكن توفير فحوصات كوفيد-19 ووصف أدويته. للعثور على مكان، استخدم [محدد أماكن إجراء الفحص للحصول على علاج كوفيد-19](#).
- قد تتمكن بعض الصيدليات من إعطائك وصفة طبية للعلاج. اتصل بالصيدلية التي تتعامل معها لمعرفة ما إذا كانت تقدم هذه الخدمة.

إذا لم يكن لديك تأمين أو كانت الخيارات أعلاه لا تناسبك:

تفضل بزيارة [Sesame Care](#) أو اتصل على الرقم 833-686-5051 لتحديد موعد مجاني عبر الهاتف أو الفيديو من خلال خدمة الرعاية الصحية عن بعد لكورونا-19 في ولاية كاليفورنيا.

ملاحظة: إذا لم تتمكن من الحصول على وصفة طيبة من طبيبك ولكنك تعتقد أنك مؤهلاً للعلاج، [تفضل بزيارة Sesame Care](#) أو اتصل على الرقم 5051-686-8333 لتحديد موعد عبر الهاتف أو الفيديو مع مقدم خدمات الرعاية الصحية عن يُعد لكوفيد-19 المجاني في ولاية كاليفورنيا. يمكنك أيضًا إطلاع طبيبك على [توصيات إدارة CDPH بشأن العلاج](#).

راقب أعراضك

اتصل على الرقم 911 إذا ظهرت عليك علامات تحذيرية لحالة طوارئ، بما في ذلك صعوبة التنفس؛ أو ضغط أو ألم في صدرك؛ أو الشفاه أو الوجه أو الأظافر المائلة إلى اللون الأزرق أو الرمادي؛ أو الارتباك أو صعوبة الاستيقاظ؛ أو أعراض خطيرة أخرى.

إذا كانت نتيجة فحشك إيجابية ولكنك لا تشعر بالمرض بعد، فيجب عليك مراقبة نفسك بحثاً عن ظهور أي من **أعراض كوفيد-19**. إذا بدأت تعاني من أي أعراض، تحدث إلى أحد مقدمي الرعاية الصحية حول العلاج (راجع القسم أعلاه حول كيفية طلب العلاج) أو حول أي أسئلة قد تكون لديك حول رعيائك.

إذا استمرت الأعراض أو لم تتحسن في الأسبوعين التاليين، فاقرأ المزيد [حول حالات ما بعد كوفيد \(أعراض كوفيد طويلة المدى\)](#) أو تعرف على [أعراض كوفيد طويلة المدى والعاملين](#)، وتتحدث مع مقدم الرعاية الصحية حول الأعراض.

2. العزل

إذا كانت نتيجة فحشك إيجابية، فنحن نشجعك بشدة على **العزل** (البقاء في المنزل بعيداً عن الأشخاص الآخرين) لمدة 5 أيام كاملة على الأقل، لمنع نشر المرض للآخرين. يوصى بالعزل حتى إذا كنت قد تلقيت اللقاح أو أصبت بكورونا-19 من قبل.

يجب أن تعزل نفسك لمدة 5 أيام على الأقل من اليوم الذي بدأت فيه الشعور بالمرض (اليوم "صفر" هو اليوم الذي بدأت فيه الشعور بالمرض؛ واليوم "واحد" هو اليوم التالي). إذا لم تكن لديك أعراض، فاعزل نفسك لمدة 5 أيام كاملة بعد اليوم الذي جاءت فيه نتيجة فحشك إيجابية (اليوم "صفر" هو اليوم الذي جاءت فيه نتيجة فحشك إيجابية؛ واليوم "واحد" هو اليوم التالي).

معلومات: استخدم [حاسبة الفحص والعزل المخصصة](#) لمساعدتك في تحديد مدة العزل.

يمكنك إنتهاء العزل بعد اليوم الخامس في حالة:

- لا توجد لديك أعراض، أو أعراضك خفيفة وتحسن؛ و
- عدم ارتفاع درجة حرارتك لمدة 24 ساعة من دون تناول الأدوية الخاضعة للحمى.

حتى إذا أنهيت عزلك مبكراً، يجب أن تستمر في ارتداء الكمامة حتى اليوم العاشر ما لم تكن أجريت بعد إنتهاء العزل فحصي مستضدات يفصل بينهما على الأقل يوم واحد وجاءت نتيجتهما سلبية ولا يوجد بينهما أي نتيجة فحص إيجابية.

هام: هناك بعض الحالات التي يجب أن تعزل نفسك فيها لمدة تزيد عن 5 أيام:

- إذا كنت تعاني من الحمى، فلا تنتهي العزل حتى تزول الحمى لمدة 24 ساعة (من دون تناول الأدوية الخاضعة للحمى)، أو
- إذا لم تتحسن الأعراض الأخرى، يجب أن تستمر في العزل حتى تشعر بالتحسن أو حتى مرور اليوم العاشر.

بعد إنتهاء العزل، إذا عادت الأعراض أو ساءت، استخدم فحص المستضدات مرة أخرى. إذا كانت نتيجة فحشك إيجابية، فأعاد العزل عند اليوم 0.

ملاحظة: قد يستمر الأشخاص الذين يعانون من نقص المناعة في حمل الفيروس ويظلون معدين لمدة تزيد عن 10 أيام. إذا ساءت الأعراض أو استمرت الحمى، يجب عليك الاتصال بمقدم الرعاية الصحية الخاص بك وطلب العلاج الطبي.

عندما تكون في العزل، ابق في غرفة منفصلة بعيداً عن الآخرين في أسرتك المعيشية للمساعدة في وقايتهم من الإصابة بالمرض. لا تذهب إلى العمل أو المدرسة؛ لا تنسافر (PDF) ولا تستخدم وسائل النقل العام ولا تذهب إلى المتجر أو الأماكن العامة الأخرى. ابق على اتصال مع الأصدقاء والعائلة افتراضياً من خلال المكالمات الهاتفية والرسائل النصية والإلترنوت.

إذا كنت بحاجة إلى مساعدة في الحصول على الطعام أو أغراض أساسية أخرى أثناء وجودك في العزل، فاتصل على الرقم 1-1-2، خط معلومات مقاطعتك أو تفضل بزيارة الموقع الإلكتروني لخط COVID19.ca.gov 1-2. تقدم صفحة موارد إضافية والتي تتضمن المساعدة المالية وإعانة الطعام والسكن وخدمات المشردين والدعم العاطفي وموارد رعاية الأطفال والدعم لمجتمعات المهاجرين.

3. ارتد كمامـة

يعد ارتداء الكمامة أداة فعالة للمساعدة في وقاية الأشخاص من حولك من الإصابة بالمرض. إذا كان عليك التواجد بالقرب من أشخاص آخرين في أماكن مغلقة، فيجب عليك ارتداء كمامـة محكمة التثبيت حتى اليوم العاشر، خاصةً عندما تكون بالقرب من الأشخاص الأكثر عرضة لخطر الإصابة بالعدوى (مثل الأشخاص الذين يعيشون في منزلك) أو الأكثر عرضة لخطر الإصابة بمرض شديد بسبب كوفيد-19.

حتى إذا أنهيت العزل مبكراً، استمر في ارتداء الكمامة لمدة 10 أيام.

- يجب أن ترتدي كمامـة بدءاً من بداية ظهور الأعراض (اليوم "صفر") أو اليوم الذي جاءت نتيجة فحشك فيه إيجابية (اليوم "صفر" إذا لم تظهر عليك أعراض مطلقاً) وحتى اليوم العاشر.
- إذا أنهيت العزل وارتداء الكمامة بعد العزل حتى اليوم الخامس، يمكنك خلع الكمامة إذا أجريت فحصي مستضدات يفصل بينهما على الأقل يوم واحد وجاءت نتيجتهما سلبية ولا يوجد بينهما أي نتيجة فحص إيجابية. إذا لم تجر الفحص، أو إذا كانت نتيجة فحشك إيجابية، فعليك الاستمرار في ارتداء الكمامة حتى اليوم العاشر.
- حتى مع وجود نتيجة سلبية لفحوصين، قد لا يزال يتquin عليك الاستمرار في ارتداء الكمامة حتى اليوم العاشر أثناء العمل، وفقاً للوائح قسم الصحة والسلامة المهنية في كاليفورنيا أو إرشادات إدارة الصحة المحلية، أو سياسات مكان عملك.
- إذا كانت نتيجة فحص المستضد (مثـل الفحـص المنـزلي) إيجابـية، فقد تظل معدـياً. استمر في ارتداء كمامـة وانتظر يوماً واحدـاً على الأقل قبل إجراء اختبار آخر.
- تفضل بزيارة صفحة "فحص كوفيد-19" من إدارة CDPH لمعرفة المزيد والعثور على موقع لإجراء الفحـص أو طلب فحـص منـزلي عبر الإنـترنت.

يجب أن ترتدي كمامـة محكمة التثبيت على وجهك وتتوفر ترشـيحاً جـيداً، ويفضل أن تكون كمامـة تنفس KN95 أو N95 أو KF94 أو كمامـة جراحـية. اعرـف المـزيد حول ارـتداء الكـمامـات واحـصل على نصـائح لارـتداء الكـمامـات للأـطـفال (PDF).

معلومات: استخدم حاسبـة الفـحـص والـعـزل المـخـصـصة لمسـاعـدـتك في تحـديـد مـدة الـاستـمرـار في ارـتدـاء الكـمامـات.

4. اتـخذ الاحتـياـطـات وأـبـلـغ من خـالـطـوك

قد تُصاب بكورونا-19 ويمكنك أن تنشره إلى الآخرين حتى إذا كنت لا تشعر بأعراض. من المحتمل أن تكون معدـياً قبل يومين من بدء الأعراض (أو قبل يومين من نتيجة فحـصك الإيجـابـية إذا لم تـظهـر عليك أـعراض مـطلـقاً) وحتى الوقت الذي تـنهـي فيه العـزل. هذه هي الفترة الزمنـية التي من المرجـح أن تـعرـضـ فيها الآخـرين للـإصـابة بـكورونا-19. ومع ذلك، قد تـظلـ مـعدـياً بعد إنهـاء العـزل ويـجبـ أن تستـمرـ في اتـخـاذـ الاحتـياـطـات لـمـدة 10 أيام.

الـتدـابـير الإـضافـية الـتي يـجبـ اـتـخـاذـها بـعـد ظـهـور نـتيـجة فـحـص كـوفـيد-19 الإـيجـابـية:

- تحسـينـ التـهـويـة (تدـفـقـ الهـواء) فـيـ المـنـزـل: راجـعـ صـفـحةـ وـبـ مـراكـزـ مـكافـحةـ الـأـمـراضـ وـالـوقـاـيةـ مـنـهاـ حولـ التـهـويـةـ للـحـصـولـ عـلـىـ مـزـيدـ مـنـ المـعـلومـاتـ حولـ تـحسـينـ جـودـةـ الهـواءـ فـيـ مـنـزـلـكـ.

- اغسل يديك مراراً بالماء والصابون لمدة 20 ثانية على الأقل أو استخدم معقم يدين كحولي يحتوي على 60% على الأقل من الكحول في حال لم تتمكن من غسل يديك.
- قم بتنفسية فك عندما تسعل أو تعطس، واغسل يديك على الفور بعد السعال أو العطس أو تنظيف أنفك.
- نظف أو عقم الأسطح "التي يكثر لمسها" مرة واحدة يومياً على الأقل؛ تفضل بزيارة [صفحة ويب مراكز مكافحة الأمراض والوقاية منها](#) للحصول على مزيد من المعلومات حول تنظيف منزلك.

لمزيد من المعلومات، تفضل بزيارة [صفحة ويب مراكز مكافحة الأمراض والوقاية منها](#) لمعرفة ما يجب فعله إذا كنت مصاباً بكورونا-19، ولمزيد من المعلومات حول السفر الآمن، راجع [صفحة ويب "السفر"](#) من مراكز مكافحة الأمراض والوقاية منها.

اعلام من خالطوك

إن إعلام الأشخاص الذين ربما تكون قد عرضتهم للإصابة بكورونا-19 بأن نتيجة فحشك إيجابية يتاح لهم الخضوع للفحص وارتداء كمامات لحماية الآخرين وطلب العلاج مبكراً إذا مرضوا.

قد يكون لمكان عملك أو محل إقامتك سياسات للإبلاغ عن الوقت الذي كنت فيه في المكان أثناء احتمالية كونك معدياً. يرجى الرجوع إلى إرشادات صاحب العمل أو المدرسة أو المنشأة أو إدارة الصحة المحلية التابع لها بشأن الإبلاغ عن نتيجة الفحص الإيجابية.

المخالطون المباشرون لك هم الأشخاص الذين كنت بالقرب منهم أو في نفس الغرفة معهم أثناء احتمالية كونك معدياً لفترة طويلة بما يكفي لتعرضهم للإصابة بكورونا-19. الفترة التي تعتبر فيها معدياً هي قبل يومين من بدء الأعراض (أو قبل يومين من نتيجة فحشك الإيجابية إذا لم تظهر عليك أعراض مطلقاً) وحتى اليوم الذي أنهيت فيه العزل.

إن الإسراع في إخبار المخالطين لك بأنهم قد تعرضوا لكورونا-19 يساعدهم في إجراء الفحص وارتداء كمامات ومعرفة ما إذا كانوا مصابين في الوقت المناسب للحصول على العلاج، مع اتخاذ خطوات لحماية أفراد أسرهم وزملائهم في العمل وغيرهم من الفيروس.

يمكنك إبلاغ المخالطين لك عن طريق الاتصال بهم أو إرسال رسائل نصية إليهم أو مراسلتهم عبر البريد الإلكتروني، أو يمكنك إخطارهم بدون كشف الهوية من خلال الموقع الإلكتروني [أخبر المخالطين لك](#). يمكنك زيارة [ماذا تفعل إذا تعرضت لشخص مصاب بكورونا-19](#) لمعرفة المزيد عن الإجراءات التي يجب عليهم اتخاذها لحماية أنفسهم والآخرين.

هام: أبلغ نظام [CA Notify](#) بنتيجة فحشك الإيجابية إذا كانت أدلة الإخطار بالتعرف على هاتفك المحمول. من المهم إبلاغ نظام CA Notify حتى إذا أخبرت مباشرة جميع المخالطين المباشرين الذين تعرفهم. قد يتمكن CA Notify من إبلاغ الأشخاص الذين لا تعرفهم أو لم تكن على علم بتعرضهم للمرض.

قد يتم إخبارك من قبل شخص ما أو عن طريق نظام CA Notify أو رسالة نصية من إدارة الصحة المحلية بأنك تعرضت للإصابة بكورونا-19.

- بعد التعافي من العدوى الحالية، إذا تلقيت إخطاراً بالتعرف في غضون 30 يوماً من نتيجة فحشك الإيجابية الأخيرة أو بدء الأعراض، فلن تحتاج إلى إجراء فحص ما لم تظهر عليك أعراض جديدة.
- إذا تم إخبارك بأنك تعرضت للإصابة ومر من 31 إلى 90 يوماً منذ العدوى السابقة، فيجب عليك استخدام [فحص مستند](#) بغض النظر عما إذا كانت لديك أعراض أم لا.

يمكنك زيارة [ماذا تفعل إذا تعرضت لشخص مصاب بكورونا-19](#) لمعرفة المزيد حول ما يجب فعله إذا تم إخبارك بالتعرف في المستقبل. إذا تلقيت رسالة نصية من المساعد الافتراضي (23393) ولديك أسئلة حيالها، فاقرأ [أسئلة وأجوبة حول المساعد الافتراضي](#).