

Arabíska

COVID-19 COVID-19 - Hvað þýðir og hvað þarf að gera:

Úrvinnslusóttkví: Meðan verið er að vinna úr smitakningu eru hópar nemenda og/eða starfsmanna sett í úrvinnslusóttkví. Í smitakningu er verið að skoða hverjir hafa mögulega smitast af einhverjum sem er með Covid-19. Í úrvinnslusóttkví gilda sömu reglur og á við um sóttkví. Úrvinnslusóttkví gildir í innan við 48 klukkustundir.

Sóttkví: Þegar smitakningu er lokið er tekin ákvörðun um að setja þá í sóttkví sem mögulega hafa smitast af Covid-19. Fólk er í sóttkví í 14 daga en hægt er að stytta sóttkví eftir 7 daga með sýnatöku. Ef niðurstaða sýnatöku sýnir að einstaklingur hefur ekki smitast er sóttkví hætt. Á þeim tíma sem einstaklingur er í sóttkví má hann ekki vera nálægt öðrum, snerta aðra og ekki snerta sömu hluti og aðrir nema sótthreinsa hlutina t.d. salerni. Sá sem er í sóttkví ætti því helst ekki að vera á sama heimili og aðrir sem eru ekki í sóttkví. Einstaklingur í sóttkví:

- Má **ekki** fara í vinnu eða í skóla
- Má **ekki** fara í búðir eða aðra almenningsstaði
- Má **ekki** hitta annað fólk
- Má **ekki** fara á veitingastaði, heilsuræktarstöðvar, sundlaugar, leikhús, kvikmyndahús, félagsmiðstöð, verslanir o.s.frv.
- Má **ekki** dvelja í sameiginlegum rýmum fjölbýlishúsa s.s stigagöngum, þvottahúsum og eða sameiginlegum gördum/útvistarsvæðum
- Má **ekki** taka á móti gestum á sitt heimili á meðan sóttkví stendur
- Má fara út á svalir eða út í garð
- Má fara í gönguferðir þar sem eru ekki fjölsóttir og halda sig í 2 metra fjarlægð frá öðrum vegfarendum.

Einangrun í heimahúsi: Einstaklingur sem er með Covid-19 sýkingu, hvort sem hann er einkennalaus eða veikur á að vera í einangrun. Heilbrigðisstarfsmaður veitir viðkomandi upplýsingar um smitleiðir og einkenni Covid-19 sýkingar. Einstaklingur í einangrun á að halda sig heima við og má ekki vera í nálægð við aðra, snerta þá eða koma við sömu hluti og þeir. Einstaklingur í einangrun má ekki fara út af heimilinu nema til að sækja heilbrigðisþjónustu í samráði við heilsugæsluna/sími 1700 eða 112. Þannig er mun strangri reglur í einangrun en sóttkví. Læknir má aflétta einangrun vegna Covid19 þegar BÆÐI eftirfarandi skilyrði eru uppfyllt:

- 14 dagar eru liðnir frá greiningu
OG
- sjúklingur hefur verið einkennalaus í a.m.k. 7 daga.

Hægt er að hafa samband við Hjálparsíma Rauða krossins 1717

Frekari upplýsingar á www.covid.is

كوفيد-19 ماذا يعني وماذا يجب القيام به:

التعامل مع الحجر، فترة الحجر المعالجي: أثناء عمل فرق تتبع الحالات المحتملة أى التعامل مع معالجة تتبع العدوى ، يتم وضع مجموعات الطلاب / الموظفين في الحجر الصحي للمعالجة. وظيفة تتبع العدوى هو البحث عن الأشخاص الذين قد يكونون مصابين بفيروس Covid-19. في فترة الحجر المعالجي ، تنطبق نفس القواعد المطبقة على الحجر الصحي. الحجر المعالجي نافذة لمدة تقل عن 48 ساعة.

الحجر الصحي: عند إتمام عمل تتبع العدوى ، يتم اتخاذ قرار بفرض الحجر الصحي على الأشخاص الذين قد يكونون مصابين بـ Covid-19. يتم حجر الأشخاص لمدة 14 يومًا ، ولكن يمكن تقصير الحجر الصحي بعد 7 أيام عن طريق أخذ العينات. إذا أظهرت نتائج أخذ العينات أن الشخص لم يُصاب ، يتم إيقاف الحجر الصحي. خلال الوقت الذي يكون فيه الشخص في الحجر الصحي ، يجب ألا يكون قريبًا من الآخرين ، وأن لا يلمس الآخرين ولا يلمس نفس الأشياء مثل الآخرين في المنزل قبل تنظيف و تعقيم الأدوات المشتركة مع الآخرين الذين ليسوا في الحجر الصحي.

أي شخص في فترة الحجر الصحي:

- ❖ لا يسمح له بالذهاب إلى العمل أو المدرسة.
- ❖ لا يسمح له بالذهاب إلى المحلات التجارية أو الأماكن العامة الأخرى، ولا يلتقي بأشخاص آخرين.
- ❖ لا يسمح له بالذهاب إلى المطاعم وصالات الرياضة والمراكز الصحية وحمامات السباحة والمسارح ودور السينما والمراكز الإجتماعية والمتاجر وما إلى ذلك.
- ❖ لا يسمح له بالإقامة في المناطق المشتركة من المباني السكنية مثل السلالم وغرف الغسيل أو الحدائق المشتركة / المناطق الخارجية.
- ❖ لا يستقبل الضيوف في المنزل أثناء الحجر الصحي
- ❖ يسمح له بالخروج إلى الشرفة أو في الفناء والحدائق الخارجية
- ❖ بإمكانه الذهاب في نزهات على الأقدام حيث لا يوجد الكثير من الناس والبقاء على بعد مترين من مستخدمي الطريق الآخرين.

العزلة في المنزل: يجب على الشخص المصاب بعدوى Covid-19 ، سواء كان مصابًا من دون أعراض أو مريضًا في الفراش ، أن يلزم العزلة عن الآخرين. سيقدم أخصائي الرعاية الصحية للشخص المصاب معلومات عن طرق انتقال وأعراض عدوى Covid-19. يجب على الفرد المنعزل البقاء في المنزل وعدم التواجد حول الآخرين أو لمسهم أو مشاركتهم نفس الأدوات . لا يجوز للفرد المعزول مغادرة المنزل إلا لطلب الرعاية الصحية بالتشاور مع مراكز الخدمات الصحية / الهاتف 1700 أو 112. وبالتالي ، هناك قواعد أكثر صرامة في العزلة من الحجر الصحي. قد يقوم طبيبك بإزالة /رفع العزل Covid-19 عند استيفاء **كلا الشرطين** التاليين:

- ❖ مرت ١٤ يومًا على التشخيص / الإصابة
 - ❖ كان المريض بدون أعراض لمدة ما لا يقل عن ٧ أيام.
- بالإمكان الاتصال بهاتف خط مساعدة الصليب الأحمر 1717

مزيد من المعلومات في : <https://www.covid.is/ar> www.covid.is