

ردیابی تماس: اگر نزدیک شخص مبتلا به کوید-19 بوده‌اید چه توقعی از شما می‌رود

اگر شما در تماس نزدیک با شخص مبتلا به کوید-19 بودید، ممکن است یک تلفون از ردیاب تماس دریافت کنید که با مقام صحت عامه قبیله‌ای یا محلی شما همکار است. یک ردیاب تماس با افرادی به تماس می‌شود که در معرض کوید-19 بوده‌اند تا به آن‌ها رهنمود و حمایت ارائه کند. جواب دادن به این تماس به کاهش شیوع ویروس کمک می‌کند.

از شما خواسته خواهد شد که قرنطینه شوید.

- **قرنطینه یعنی در خانه ماندن به مدت 14 روز از** بعد اینکه نزدیک فرد مبتلا به کوید-19 بودید، حتی اگر احساس مریضی نمی‌کنید. به یاد داشته باشید، شما بدون داشتن اعراض و علائم هم می‌توانید این ویروس را انتشار دهید.
- **ردیاب‌های تماس روزانه در اثنای قرنطینه به شما تلفون خواهند کرد یا پیام خواهند داد تا در مورد صحت شما معلومات بگیرند.**
- اگر احساس مریضی در شما پدیدار شد، از شما خواهند خواست تست کوید-19 بدهید. همچنین آنها از شما خواهند پرسید که قبل از شروع قرنطینه چه کسانی را ملاقات کرده‌اید.
- قرنطینه 14-روزه مصئون‌ترین انتخاب برای جلوگیری از انتشار کوید-19 به دیگران است. اگر علائمی نداشته‌اید، شاید بتوانید، در صورت ندادن تست دیگر، بعد از 10 روز قرنطینه را پایان دهید، و در صورت نتیجه منفی تست پادتن یا PCR که کمتر از 48 ساعت قبل از پایان قرنطینه شما انجام شده باشد، بعد از هفت روز می‌توانید قرنطینه را تمام کنید.



اعراض و علائم کوید-19:



سرفه



گلودرد



تب



ماندگی



سردردی



اسهال



دردهای عضلانی یا بدنی



نفس‌تنگی یا مشکل تنفس



دلبدی یا استفراغ



بندش یا ریزش بینی



از دست دادن احساس مزه و بوی به‌تازگی



اورگون، بیایید تلفون
را جواب بدهیم.

ردیاب‌های تماس، معلوماتی را به اشتراک خواهند گذاشت در مورد اینکه چه قسم:



از انتشار این ویروس
جلوگیری کنید



مراقب خود و فامیل
خودتان باشید



با منابع نزدیک
خودتان در ارتباط
باشید

دسترسی‌پذیری اسناد: برای اشخاص دارای معلولیت یا اشخاصی که به لسان دیگری غیر از انگلیسی صحبت می‌کنند، OHA می‌تواند به فارمت‌های بدیل مانند دیگر لسان‌ها، چاپ به اشکال کلان، خط بریل یا فارمتی که شما می‌خواهید، اسنادهایی را ارائه کند. با مرکز معلومات صحتی با نمبر 1-971-673-2411 یا ایمیل COVID19.LanguageAccess@dhs.oh.a.state.or.us به تماس شوید.

Oregon
Health
Authority

OHA 2359C DARI (12/23/2020)