

STAY SAFE MN



فيروس كورونا (كوفيد-19): متى نعود إلى العمل

اتبع هذه الإرشادات أثناء التواجد في المنزل وعند العودة إلى مكان العمل. يلتزم جميع العمال بهذه الإرشادات باستثناء الأشخاص الذين يعملون في مجال الرعاية الصحية. تتوفر المعلومات للعاملين في مجال الرعاية الصحية في وزارة الصحة بولاية مينيسوتا قسم الرعاية الصحية: www.health.state.mn.us/diseases/coronavirus/hcp/index.html COVID-19 page وجهة عملك كذلك.

يمكن أن تشمل أعراض فيروس كورونا (كوفيد-19) الحمى أو السعال أو ضيق التنفس أو القشعريرة أو الصداع أو آلام العضلات أو التهاب الحلق أو التعب أو الاحتقان أو فقدان حاسة التذوق أو الشم. تشمل الأعراض الأخرى الأقل شيوعًا أعراض تصيب الجهاز الهضمي مثل الغثيان والقيء أو الإسهال.

إذا كنت تعيش مع شخص مصاب بالفيروس أو يعاني من أعراضه:



- لمدة 14 يومًا، حتى إذا كانت نتيجة اختبارك للفيروس سلبية:
 - ابق في المنزل بقدر ما تستطيع.
 - ابق بعيدًا عن الآخرين.
 - لا تستخدم أي شيء يلمسه الآخرون: الهواتف والساكنين والشوك وغير ذلك.
- أخبر رب عملك وابدأ عملك من المنزل إذا استطعت. إذا كنت تعمل في مجال الرعاية الصحية أو وظيفة حرجة أخرى حيث سيؤدي غيابك إلى أزمة في العمالة، فاتصل بجهة العمل للحصول على تعليمات فردية حول عملك. إذا سمح لك بالعمل، ارتد قناعًا وابق على بعد 6 أقدام (مترين) من الآخرين.
- إذا لم تمرض، عُد إلى العمل بعد 14 يومًا.
- إذا مرضت، فاستمر في التواجد في المنزل واتبع الإرشادات أدناه للأشخاص المصابين بالفيروس أو الذين يعانون من أعراضه.



إذا كنت مصاب بالفيروس أو تعاني من أعراضه:

- ابق بعيدًا عن الآخرين، لا تستخدم أي شيء يلمسه الآخرون: الهواتف والساكنين والشوك وغير ذلك؛ ارتد قناع إذا كان عليك أن تكون في نفس الغرفة مع الآخرين؛ وابق في المنزل حتى تتحقق هذه الأمور الثلاثة:
- مرور 10 أيام على الأقل منذ بدء الأعراض، و
- لا تعاني من الحمى لمدة 24 ساعة دون استخدام أدوية لتقليل الحمى، و
- تحسن أو اختفاء أعراض الإصابة بالفيروس.
- ملحوظة: قد تحتاج إلى البقاء في المنزل أكثر من 10 أيام إذا كانت حالتك تضعف جهازك المناعي أو دخولك المستشفى. تحدث إلى طبيبك أو عيادتك للحصول على التعليمات.
- أخبر رب عملك وابدأ عملك من المنزل إذا استطعت. إذا كنت تعمل في مجال الرعاية الصحية أو وظيفة حرجة أخرى حيث سيؤدي غيابك إلى أزمة في العمالة، فاتصل بجهة العمل للحصول على تعليمات فردية حول عملك. إذا سُمح لك بالعمل، ارتد قناعًا وابق على بعد 6 أقدام من الآخرين.
- عندما تعود إلى العمل، ابق بعيدًا عن الآخرين إذا كان ذلك ممكنًا وارتد قناعًا.



وزارة الصحة بولاية مينيسوتا | 6512015000 health.mn.gov
625 شارع روبرت شمال ص.ب 64975، سانت بول، مينيسوتا 551640975
للاتصال بنا health.communications@state.mn.us لطلب تنسيق بديل.

(Arabic) 2020/27/07