

فيروس كورونا المستجد (كوفيد-19) دليل المدرسة ملخص

للمدارس العامة والخاصة والمستقلة للصفوف من الروضة حتى الصف الثاني عشر



CORONAVIRUS
UTAH.GOV



حُدِّث في 2021/23/2

ماذا لو جاءت نتيجة اختبار فيروس كورونا المستجد (كوفيد-19) إيجابية لأحد طلاب أو موظفي المدرسة؟

ينبغي على الطلاب أو المدرسين أو الموظفين بالمدرسة أن يخضعوا للعزل فورًا إذا جاءت نتيجة اختبار فيروس كورونا المستجد (كوفيد-19) لهم إيجابية؟ ويعني هذا البقاء في المنزل وعدم الخروج إلا للحصول على الرعاية الطبية. وينبغي ألا تذهب إلى المدرسة أو العمل.

إذا حصلت على نتيجة إيجابية، فينبغي أن تعزل نفسك حتى:

- تزول عنه الحمى لمدة ٢٤ ساعة،
- تحسّن أعراض جهازك التنفسي لمدة ٢٤ ساعة، و
- مرور ١٠ أيام على الأقل على مرضك.
- إذا لم تظهر عليك أعراض، فينبغي أن تعزل نفسك لمدة ١٠ أيام بدءًا من يوم خضوعك للاختبار.



ماذا لو خالط أحد طلاب أو موظفي المدرسة شخصًا مصابًا بفيروس كورونا المستجد (كوفيد-19)؟



تصبح أكثر عرضة لالتقاط العدوى ونقلها للآخرين لو خالطت شخصًا جاءت نتيجة اختبار فيروس كورونا المستجد (كوفيد-19) له إيجابية.

تعني المخالطة الاقتراب من شخص جاءت نتيجة اختبار فيروس كورونا (كوفيد-19) له إيجابية لمسافة دون 6 أقدام أو مترين (ضعف طول الذراع) لمدة 15 دقيقة إجمالاً خلال ٢٤ ساعة^٢. ويمكن كذلك أن تتحقق المخالطة في الحالات التالية:

- تقديم الرعاية المنزلية لشخص مصاب بفيروس كورونا (كوفيد-19).
- أنك لامست شخصًا مصابًا بفيروس كورونا المستجد (كوفيد-19) جسديًا بشكل مباشر (بالمعانقة أو التقبيل).
- أنك شاركت أدوات الطعام أو الشراب مع شخص مصاب بفيروس كورونا المستجد (كوفيد-19).
- أنك تعرّضت لرذاذ العطس أو السعال أو التنفس بطريقة ما من شخص مصاب بفيروس كورونا المستجد (كوفيد-19).

لو أنك خالطت مصابًا بفيروس كورونا (كوفيد-19) قبل ظهور الأعراض عليه بمدة تصل إلى يومين يتم اعتبارك من المخالطين وعليك الخضوع للحجر. حتى لو لم تظهر أي أعراض على المصاب بفيروس كورونا المستجد (كوفيد-19)، فإنه ينقل العدوى لمدة تصل إلى يومين قبل خضوعه للاختبار.

1 <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/if-you-are-sick/quarantine.html>

2 <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/php/contact-tracing/contact-tracing-plan/appendix.html#contact>

ما مدة الحجر الصحي التي يجب أن يلتزم بها طلاب وموظفي المدرسة؟

تسري هذه الإرشادات فقط على حالات المخالطة التي تحدث في المدرسة. وهي ليست مخصصة لاستخدام مؤسسات التعليم العالي أو منشآت رعاية الأطفال. ولا تنطبق هذه الإرشادات لو أنك تعيش مع شخص مصاب بكوفيد-19 أو تعرضت للإصابة خارج المؤسسة المدرسية.

لو أن كلا الشخصين كانا يرتديان قناع الوجه خلال وقت التعرض

- لا يجب على طلاب المدرسة ولا مدرسيها ولا موظفيها الذين خالطوا شخصًا مصابًا بفيروس كورونا المستجد (كوفيد-19) أن يخضعوا للحجر الصحي في الحالات التالية:
- تمكّن المدرسة من التحقق من أن كلا الشخصين كانا يرتديان أقنعة الوجه (الشخص المخالط والشخص الذي جاءت نتيجة اختبارها إيجابية) حسب ما يحدده [مرسوم الصحة العامة بالولاية](#).
- لم تظهر على الشخص المخالط أي من أعراض فيروس كورونا المستجد (كوفيد-19).



لو ظهرت على الشخص أعراض كوفيد-19 خلال فترة الـ 14 يومًا التالية للتعرض للشخص المصاب، فينبغي أن يخضع للعزل ويجري اختبارًا فورًا. إذا لم تظهر على الشخص أعراض، فينبغي له الانتظار لمدة 7 أيام بعد المخالطة ليخضع للاختبار.

لو أن كلا الشخصين كانا لا يرتديان قناع الوجه خلال وقت المخالطة



- الطلاب أو المدرسون أو الموظفون الذين لم يكونوا يرتدون قناع الوجه في وقت المخالطة أو الذين خالطوا شخصًا لم يكن يرتدي قناع الوجه يمكنهم إنهاء الحجر الصحي:
- في اليوم العاشر دون الخضوع للاختبار.** إذا لم تظهر عليك أعراض لفيروس كورونا المستجد (كوفيد-19)، يمكنك إنهاء الحجر الصحي بعد مرور 10 أيام على آخر مرة خالطت فيها شخصًا نتيجة اختبارها إيجابية.
- في اليوم السابع إذا خضع لاختبار وكانت النتيجة سلبية.** يمكنك الخضوع لاختبار في اليوم السابع من الحجر. يمكنك إنهاء الحجر إذا كانت نتيجة اختبارك سلبية ولا تظهر عليك أي أعراض لفيروس كوفيد-19. يجب أن تنتظر 7 أيام على الأقل بعد المخالطة لإجراء الاختبار. ويمكن الخضوع لاختبار تفاعل البوليمراز المتسلسل (PCR) أو اختبار المستضدات السريع. يجب أن تواصل الحجر الصحي إلى أن تحصل على نتائج اختبارك.

يلزمك مراقبة الأعراض حتى مرور 14 يومًا على تعرضك للفيروس.

فلا يزال هناك احتمال ولو ضئيل أن تصاب بكوفيد-19. إذا ظهرت عليك أعراض فيروس كورونا المستجد (كوفيد-19)، فعليك الخضوع للعزل المنزلي والاتصال بمقدم الرعاية الصحية، وقد يتعين عليك الخضوع للاختبار مجددًا.



ما مدة الحجر الصحي اللازمة لطلاب أو موظفي المدرسة إذا كانوا من المعفيين من ارتداء القناع أو كانوا يرتدون درع الوجه فقط؟



- الطلاب أو المدرسون أو الموظفون الذين لم يكونوا يرتدون قناع الوجه في وقت المخالطة أو الذين خالطوا شخصًا لم يكن يرتدي قناع الوجه يمكنهم إنهاء الحجر الصحي:
- **في اليوم العاشر دون الخضوع للاختبار.** إذا لم تظهر عليك أعراض لفيروس كورونا المستجد (كوفيد-19)، يمكنك إنهاء الحجر الصحي بعد مرور ١٠ أيام على آخر مرة خالطت فيها شخصًا نتيجة اختبار إيجابية.
- **في اليوم السابع إذا خضع لاختبار وكانت النتيجة سلبية.** يمكنك الخضوع لاختبار في اليوم السابع من الحجر. يمكنك إنهاء الحجر الصحي إذا كانت نتيجة اختبار سلبية ولا تظهر عليك أي أعراض لفيروس كورونا المستجد (كوفيد-19). يجب أن تنتظر ٧ أيام على الأقل بعد المخالطة لإجراء الاختبار. يجب أن تواصل الحجر الصحي إلى أن تحصل على نتائج اختبارك.

ينبغي لكل مخالط أن يراقب الأعراض حتى مرور ١٤ يومًا على المخالطة. فلا يزال هناك احتمال ولو ضئيل أن يصاب بفيروس كورونا المستجد (كوفيد-19). وإذا ظهرت أعراض فيروس كورونا المستجد (كوفيد-19) على الشخص، فينبغي له الخضوع للعزل المنزلي والاتصال بمقدم الرعاية الصحية، وقد يتعين عليه الخضوع للاختبار مجددًا.

إذا كان الطلاب أو المدرسين أو الموظفين يعيشون مع شخص مصاب بكوفيد-19، فما المدة التي تلزمهم في الحجر الصحي؟



إذا كانت نتيجة اختبار كوفيد-19 لشخص تعيش معه إيجابية، فهذا يُسمى مخالط في البيت. المخالطون في البيت أكثر عرضة للعدوى بالفيروس.

ينبغي لطلاب المدرسة أو مدرسيها أو موظفيها المخالطين في البيت الخضوع للحجر الصحي لمدة ١٠ أيام من تاريخ آخر مخالطة للشخص الذي كانت نتيجة اختبار إيجابية. **يجب أن تكمل الـ ١٠ أيام الكاملة لمدة الحجر حتى لو لم تظهر عليك الأعراض أو كانت نتيجة الاختبار سلبية.** ولا يجوز له إنهاء الحجر الصحي قبل ١٠ أيام.

قد يكون من الصعب للغاية الالتزام بالعزل عن المقيمين معك في المنزل. وإذا كنت تعيش مع شخص نتيجة اختبار كوفيد-19 الخاصة به إيجابية، فقد يستمر تعرضك للمخالطة وقد يتعين عليك الخضوع للحجر لمدة أطول من ١٠ أيام. وفي كل مرة تخالط فيها شخصًا نتيجة اختبار إيجابية بينما يكون ناقلًا للعدوى، تبدأ فترة الحجر الصحي من جديد لأنك تعرضت للفيروس مجددًا.

احتياطات السلامة لطلاب المدرسة وموظفيها الذين خالطوا أحد مصابي فيروس كورونا المستجد (كوفيد-19)

- عليك إجراء فحص لاكتشاف أعراض فيروس كورونا (كوفيد-19) كل يوم، بما في ذلك قياس الحرارة إن أمكن. في حالة عدم وجود ترمومتر لديك، عليك معاينة البشرة للتأكد من عدم وجود حرارة زائدة أو احمرار. يوجد كتيب مفيد اسمه «ما ينبغي القيام به إذا كنت في الحجر أو العزل» ويمكن تنزيله عبر الرابط <https://coronavirus.utah.gov/protect-yourself/>.
- التزم المنزل وابتعد عن الآخرين لأطول فترة ممكنة. لا تذهب إلى المدرسة ولا العمل ولا الأنشطة غير الدراسية ولا الطقوس الدينية ولا التجمعات العائلية ولا غيرها من الأنشطة حتى انتهاء فترة الحجر أو استيفائك لمتطلبات الاختبار لإنهاء الحجر مبكرًا.
- عليك ارتداء قناع وجه عند الاضطرار لمغادرة المنزل من أجل المهام الضرورية مثل شراء طلبات البقالة أو التماس الرعاية الطبية. لا تغادر المنزل إلا عند الحاجة.
- عليك الحد من عدد الزائرين إلى منزلك. هذا هام بشكل خاص إذا كنت أنت أو أحد المقيمين معك عرضة لاحتمال أكبر للإصابة بمرض شديد بسبب فيروس كورونا (كوفيد-19).
- نظّف الأسطح التي تلمسها يديك كثيرًا (مثل الهواتف، ومقابض الأبواب، ومفاتيح الإضاءة، ومقابض المرحاض، ومقابض الحوض، وأسطح المناضد، وأي شيء معدني).
- اغسل يديك بالماء والصابون باستمرار. إذا لم يتوفر الماء والصابون، فاستخدم مطهرًا لليدين يحتوي على 70٪ كحول على الأقل.
- افتح النوافذ كلما أمكن لتحسين التهوية وزيادة تدفق الهواء في الغرف.
- لا تتشارك الأطعمة أو الأدوات مع الآخرين.
- لا تتشارك المتعلقات الشخصية مثل فرشاة الأسنان مع الآخرين.



الاختبار للبقاء (اختبار للتفشيات المدرسية)



عندما تصل مدرسة إلى حدود تفشي الفيروس المحددة في دليل المدارس بشأن فيروس كورونا المستجد (كوفيد-19)، يمكن للإدارة المدرسية المحلية (بالتشاور مع إدارة الصحة المحلية) أن تقرر إما:
• توفير اختبار مستضد سريع لجميع الطلاب والعاملين، أو
• اتخاذ إجراءات أخرى تقرها هيئة التعليم المحلية لتقليل انتشار فيروس كورونا المستجد (كوفيد-19) بما يتسق مع توجيهات الصحة العامة.

الطلاب الذين يوقَّر لهم اختبار المستضد السريع:
• يجب أن يخضعوا للعزل المنزلي إذا جاءت نتيجة اختبارهم إيجابية.
• يمكنهم مواصلة التعلم وجهاً لوجه لو جاءت نتيجة اختبارهم سلبية.



أو



من يختار من الطلاب عدم الخضوع للاختبار ينبغي أن ينتقل إلى التعليم الافتراضي أو التعليم عن بُعد لمدة 10 أيام على الأقل إذا:

- شارك أقل من 60% من طلاب المدرسة في الخضوع للاختبار، أو
- كانت النسبة المئوية لنتائج الاختبار الإيجابية بين من شاركوا في الاختبار (النسبة المئوية الإيجابية) 2.5% أو أكبر.



الطالب الذي لديه احتياجات رعاية صحية خاصة وغير قادر على المشاركة في الاختبار بسبب أوجه قصور بدنية أو عقلية أو سلوكية مزمنة أو غير قادر على استخدام نوع مختلف من الاختبار، يمكنه مواصلة الحضور إلى المدرسة إذا طلب والداه ذلك.

من المتوقع أن يواصل المدرسون والعاملين مهامهم الوظيفية المعتادة بشكل شخصي إذا اختاروا عدم الخضوع للاختبار أو جاءت نتيجة اختبارهم سلبية. وينبغي أن يخضعوا للعزل المنزلي إذا جاءت نتيجة اختبارهم إيجابية أو أن يتبعوا تعليمات الحجر الصحي إذا خالطوا مصاباً بفيروس كورونا المستجد (كوفيد-19).

سيتم تتبع المخالطين لأي شخص تأتي نتيجة اختبارهم إيجابية.

الطلاب أو المدرسين أو الموظفين الذين تعرضوا لشخص جاءت نتيجة اختبارهم إيجابية ينبغي أن يتبعوا تعليمات الحجر الصحي (موجودة في الصفحة 2).

• لست بحاجة للخضوع للحجر الصحي إذا كنت أنت والشخص الذي حصل على نتيجة إيجابية في المدرسة وكان كلاكما يرتدي قناع الوجه في وقت التعرض. يلزم على الشخص الذي حصل على نتيجة إيجابية أن يخضع للعزل لمدة 10 أيام على الأقل، حتى وإن كنتما ترتديان قناع الوجه كلاكما.

• يلزمك الخضوع للحجر الصحي إذا تعرضت في المدرسة، ولم تكن ترتدي قناع الوجه أنت أو الشخص الذي حصل على نتيجة إيجابية. يمكنك إنهاء الحجر في اليوم العاشر بدون اختبار، أو في اليوم السابع إذا كانت نتيجة الاختبار سلبية. قد تكون هناك حالات خاصة يلزمك فيها الخضوع لاختبار ثاني قبل أن تتمكن من العودة إلى المدرسة قبل اليوم العاشر.

خيار "اختبار للبقاء" له أطر زمنية مختلفة بخصوص متى ينبغي للشخص الذي حصل على نتيجة إيجابية أن يبدأ العزل. إذا حصلت على نتيجة اختبار إيجابية كجزء من "اختبار للبقاء"، فإن عزلك يبدأ في يوم اختبارك، وليس من وقت بدء ظهور الأعراض. ويجب أن تخضع للعزل حتى وإن لم تظهر عليك أعراض. سوف تحدد إدارة الصحة تواريخ المخالطة التي تعرض لها المخالطون ومتى يلزمهم بدء الحجر الصحي.

الاختبار للعب (اختبار للأنشطة غير الدراسية الخاصة بالمدارس الثانوية)

- يمكن للطلاب والمدرسين والموظفين الاشتراك في أنشطة غير دراسية لو أنهم:
- خضعوا لاختبار فيروس كورونا المستجد (كوفيد-19) مرة واحدة على الأقل كل ١٤ يومًا. ويمكن الخضوع لاختبار تفاعل البوليمراز المتسلسل (PCR) أو اختبار المستضدات السريع.
- لم يكونوا في عزل أو حجر صحي.
- ليس لديهم أي عرض من أعراض فيروس كورونا المستجد (كوفيد-19).



و



و



الأنشطة غير الدراسية التي يتم عقدها مرة واحدة، مثل الحفل المدرسي الراقص، مشمولة كذلك في متطلبات الاختبار للعب. ويعني هذا أن المشاركين في نشاط غير دراسي يُعقد لمرة واحدة مطالبون بالخضوع لاختبار فيروس كورونا المستجد (كوفيد-19) خلال يومين من بدء الفعالية.

يتوقع منك ارتداء قناع الوجه دائمًا خلال الأنشطة غير الدراسية، إلا إذا كنت مشاركًا في لعبة تنافسية تتطلب بذل جهد بدني شديد أو إذا كان من المحتمل أن يكون ارتداء قناع الوجه خطرًا (مثل السباحة في حمام سباحة). يتوقع منك أيضًا الحفاظ على التباعد البدني قدر الإمكان خلال الأنشطة غير الدراسية. يعني هذا البقاء على بُعد 6 أقدام أو مترين (حوالي ذراعين) على الأقل من الآخرين قدر الإمكان.



المشاركون:

- يجب أن يخضعوا للعزل المنزلي إذا جاءت نتيجة اختبارهم إيجابية.
- يمكنهم المشاركة في الأنشطة غير الدراسية إذا جاءت نتيجة اختبارهم سلبية، أو لم يكونوا في عزل أو حجر صحي ولم تظهر عليهم أي من أعراض فيروس كورونا المستجد (كوفيد-19).
- من يختار عدم الخضوع للاختبار لن يتمكن من المشاركة في النشاط غير الدراسي.



أو



أو



يمكن أن توفر المدارس أيضًا اختبارات لأي مدرس أو موظف يود الخضوع للاختبار لكنه ليس مشتركًا في الأنشطة غير الدراسية كجزء من برنامج "الاختبار للعب".

لا يتم احتساب نتائج الاختبارات الإيجابية لفعاليات الاختبار للعب في الحد من تفشي الفيروس في المدرسة.



سيتم تتبع المخالطين لأي شخص تأتي نتيجة اختبارهم إيجابية.

الطلاب أو المدرسين أو الموظفين الذين تعرضوا لشخص جاءت نتيجة اختبارهم إيجابية ينبغي أن يتبعوا تعليمات الحجر الصحي (موجودة في الصفحة 2).

• لست بحاجة للخضوع للحجر الصحي إذا كنت أنت والشخص الذي حصل على نتيجة إيجابية في المدرسة وكان كلاكما يرتدي قناع الوجه في وقت التعرض. يلزم على الشخص الذي حصل على نتيجة إيجابية أن يخضع للعزل لمدة 10 أيام على الأقل، حتى وإن كنتما ترتديان قناع الوجه كلاكما.

• يلزمك الخضوع للحجر الصحي إذا خالطت في المدرسة، ولكن لم تكن ترتدي قناع الوجه أنت أو الشخص الذي حصل على نتيجة إيجابية. يمكنك إنهاء الحجر في اليوم العاشر بدون اختبار، أو في اليوم السابع إذا كانت نتيجة الاختبار سلبية. قد تكون هناك حالات خاصة يلزمك فيها الخضوع لاختبار ثانٍ قبل أن تتمكن من العودة إلى المدرسة قبل اليوم العاشر.

خيار "الاختبار للعب" له أطر زمنية مختلفة بخصوص متى ينبغي للشخص الذي حصل على نتيجة إيجابية أن يبدأ العزل. إذا حصلت على نتيجة اختبار إيجابية كجزء من "الاختبار للعب"، فإن عزلك يبدأ في يوم اختبارك، وليس من وقت بدء ظهور الأعراض. ويجب أن تخضع للعزل حتى وإن لم تظهر عليك أعراض. سوف تحدد إدارة الصحة تواريخ المخالطة التي تعرض لها المخالطون ومتي يلزمهم بدء الحجر الصحي.