



برای چی مدت باید در خانه بمانم؟ راهنمای جداسازی و قرنطین

بروز شده در 1/11/2022

رهنمایی‌های قرنطین و جداسازی همچنان تغییر می‌کنند، زیرا معلومات بیشتری به دست می‌آوریم و درباره مدت زمانی که مصونیت در برابر واکسیناسیون و عفونت طبیعی باقی می‌ماند، و همچنین مدت زمانی که فرد عفونی است بیشتر می‌آموزیم. [اطلاعات](#) نشان می‌دهد که محافظت در برابر واکسیناسیون و عفونت طبیعی با گذشت زمان ضعیف تر می‌شود.

دستورالعمل‌های قرنطین مبتنی بر این است که ایا [واکسیناسیون کووید-19 شما بروز است](#). به روز بودن واکسین کووید-19 شامل داشتن همه دوزهای توصیه شده واکسین و همچنین هر دوز تقویت کننده توصیه شده است. اطلاعات نشان می‌دهد که دوزهای تقویت کننده محافظت بیشتری در برابر نوع Omicron ارائه می‌دهند. ما همچنان به به‌روزرسانی دستورالعمل‌های قرنطین و جداسازی را ادامه می‌دهیم زیرا اطلاعات بیشتری در مورد مدت زمان ماندگاری مصونیت از هر دو واکسین و عفونت طبیعی دریافت می‌کنیم.

قرنطین برای کسانی است که آزمایش آنها مثبت شده است و یا دارای علائم کووید-19 هستند. قرنطین برای افرادی است که ممکن است در معرض کووید-19 قرار گرفته باشند.

اگر 18 سال یا بیشتر دارید و تست کووید-19 شما مثبت است

چند روز باید در خانه بمانید؟	آیا سیستم مقاومت ضعیف دارید؟
5 روز از زمانی که آزمایش شما مثبت شد. اگر هنوز مریض هستید یا بعد از 5 روز علائم دارید، تا بهبود یافتن در خانه بمانید.	نخیر، من سیستم مقاومت ضعیف ندارم.
اگر سیستم مقاومت ضعیفی دارید، می‌توانید مدت طولانی‌تر نسبت به سایر افراد مسری باشید. ممکن است لازم باشد 10 تا 20 روز (یا بیشتر) در خانه بمانید. اگر به شدت از کووید-19 مریض شده اید یا سیستم مقاومت ضعیفی دارید، با داکتر خود صحبت کنید تا ببیند چه وقت دیگر عفونی نیستید.	بلی، من سیستم مقاومت ضعیفی دارم یا به شدت مبتلا به کووید-19 بودم (این بدان معناست که شما در شفاخانه، ICU یا در دستگاه تنفس مصنوعی بستر شده اید).

اگر آزمایش کووید-19 طفل شما مثبت است

آیا طفل شما سیستم مقاومت ضعیفی دارد؟	طفل من چند روز باید در خانه بماند؟
نخیر، طفل من سیستم مقاومت ضعیفی ندارد	5 روز از زمانی که آزمایش طفل شما مثبت شد. اگر طفل شما هنوز مریض است یا بعد از 5 روز علائم دارد، باید تا خوب شدن در خانه بماند.
بلی، طفل من سیستم مقاومت ضعیفی دارد یا به شدت مبتلا به کووید-19 بود (این بدان معناست که طفل شما در شفاخانه، ICU یا در دستگاه تنفس مصنوعی بستر شده).	اگر طفل شما سیستم مقاومت ضعیفی دارد، در واقع می تواند مدت طولانی تری نسبت به سایر افراد ساری باشد. ممکن است لازم باشد 10 تا 20 روز (یا بیشتر) در خانه بماند. اگر طفل شما به شدت از کووید-19 مریض شده یا سیستم مقاومت ضعیفی دارد، با داکتر خود صحبت کنید تا ببیند چه زمانی دیگر عفونی نیست.

آیا بعد از مثبت شدن آزمایش باید کار دیگری انجام دهم؟

- پس از پایان قرنطین خود در خانه، تا 5 روز دیگر در اطراف دیگران و در اماکن عام از **ماسک مناسب** استفاده کنید.
- با هر کسی که تماس نزدیک داشتید به آنها بگویید که در خطر ابتلا به کووید-19 است. او نیاز به آزمایش دارد و همچنین ممکن است نیاز به **قرنطین** در خانه داشته باشد.
- اگر به کمک عاجل در مورد چیزهایی مانند غذا یا کمک در مورد کرایه یا خدمات آب و برق نیاز دارید تا بتوانید در خانه بمانید و منزوی شوید، با شماره 1-1-2 تماس بگیرید.
- برخی از **تداویها** برای افرادی که در معرض خطر بالاتر مریضی شدید ناشی از کووید-19 هستند، وجود دارد. با داکتر خود در مورد تداوی های که ممکن است برای شما بهترین باشد صحبت کنید.
- اگر علائم تان شدید شد یا احساس می کنید به مراقبت طبی ضرورت دارید، فوراً از داکتر کمک بگیرید.

CDC توصیه می کند همه افراد 5 ساله و بالاتر در برابر کووید-19 واکسین شوند. افراد 12 ساله و بالاتر نیز باید دوز تقویت کننده دریافت کنند. افرادی که 2 واکسین از واکسین Pfizer یا Moderna (به نام دوز اولیه) دریافت کرده اند، می توانند 5 ماه پس از دوز دوم خود، دوز تقویت کننده دریافت کنند. همچنین **اگر سیستم مقاومت ضعیفی دارید**، باید سومین دوز اولیه واکسین Pfizer یا Moderna را دریافت کنید.

واکسین Johnson & Johnson فقط یک دوز دارد. افرادی که واکسین Johnson & Johnson را برای دوز اولیه خود دریافت کرده اند، می توانند 2 ماه پس از تزریق واکسین تقویت کننده دریافت کنند. در حال حاضر، اطلاعات کافی برای توصیه سومین دوز اولیه برای افرادی که واکسین Johnson & Johnson را دریافت کرده اند، وجود ندارد.

اگر سن تان 18 سال یا بیشتر است و در معرض کووید-19 قرار گرفته اید

چند روز باید در خانه بمانید؟	تعداد دوزهای واکسین کووید-19 و چه وقت	اگر هرگز واکسین کووید-19 را دریافت نکرده اید
5 روز از زمانی که در معرض کووید-19 قرار گرفتید.	0 دوز	
چند روز باید در خانه بمانید؟	تعداد دوزهای واکسین کووید-19 و چه وقت	اگر واکسین Pfizer یا Moderna را دریافت کرده اید
اگر مریض نیستید نیاز نیست در خانه بمانید.	دو دوز و و یک براند تقویتی	
اگر مریض نیستید نیاز نیست در خانه بمانید. مدت زمان کافی برای دریافت دوز تقویت کننده نگذشته است.	2 دوز در 5 ماه گذشته	
5 روز از زمانی که در معرض کووید-19 قرار گرفتید.	2 دوز بیش از 5 ماه پیش	
5 روز از زمانی که در معرض کووید-19 قرار گرفتید.	1 یک دوز در هر زمان	

چند روز باید در خانه بمانید؟	تعداد دوزهای واکسین کووید-19 و چه وقت	اگر واکسین Johnson & Johnson را دریافت کرده اید.
اگر مریض نیستید نیاز نیست در خانه بمانید.	1 یک دوز در هر زمان و و یک براند تقویتی	
اگر مریض نیستید نیاز نیست در خانه بمانید. مدت زمان کافی برای دریافت دوز تقویت کننده نگذشته است.	1 دوز در 2 ماه گذشته	
5 روز از زمانی که در معرض کووید-19 قرار گرفتید.	1 دوز بیش از 2 ماه پیش	
چند روز باید در خانه بمانید؟	تعداد دوزهای واکسین کووید-19 و چه وقت	اگر در 90 روز اخیر آزمایش کووید-19 شما مثبت شده است (حدود 3 ماه).
اگر مریض نیستید نیاز نیست در خانه بمانید.	در این شرایط مهم نیست که چند واکسین دریافت کرده اید.	
چند روز باید در خانه بمانید؟	تعداد دوزهای واکسین کووید-19 و چه وقت	اگر بیش از 90 روز از ابتلای شما به کووید-19 گذشته باشد
اگر مریض نیستید نیاز نیست در خانه بمانید.	2 دوز واکسین Pfizer در هر زمان	
5 روز از زمانی که در معرض کووید-19 قرار گرفتید. ما هنوز نمی دانیم که مصئونیت طبیعی چقدر طول می کشد.	1 دوز واکسین Pfizer در هر زمان	

چند روز باید در خانه بمانید؟	تعداد دوزهای واکسین کووید-19 و چه وقت	<p>اگر سیستم مقاومت ضعیفی دارید یا در خطر ابتلا به مریضی شدید هستید</p>
5 روز از زمانی که در معرض کووید-19 قرار گرفتید.	0 دوز	
اگر مریض نیستید نیاز نیست در خانه بمانید.	3 دوز واکسین Moderna یا Pfizer و و یک براند تقویتی	
اگر مریض نیستید نیاز نیست در خانه بمانید. مدت زمان کافی برای دریافت دوز تقویت کننده پس از سومین دوز اولیه نگذشته است.	3 دوز واکسین Moderna یا Pfizer در 5 ماه گذشته	
5 روز از زمانی که در معرض کووید-19 قرار گرفتید.	3 دوز واکسن Moderna یا Pfizer بیش از 5 ماه پیش	
5 روز از زمانی که در معرض کووید-19 قرار گرفتید.	2 دوز واکسین Moderna یا Pfizer در هر زمان	
5 روز از زمانی که در معرض کووید-19 قرار گرفتید.	1 دوز واکسین Moderna یا Pfizer در هر زمان	

اگر طفل شما در معرض کووید-19 قرار گرفته است

چند روز باید در خانه بمانید؟	تعداد دوزهای واکسین کووید-19 و چه وقت	اگر طفل شما هرگز واکسین کووید-19 را دریافت نکرده
5 روز از زمانی که در معرض کووید-19 قرار گرفتید.	0 دوز	
چند روز باید در خانه بمانید؟	تعداد دوزهای واکسین کووید-19 و چه وقت	اگر طفل شما واکسن Pfizer را دریافت کرد
اگر طفل شما مریض نیست نیاز ندارد در خانه بماند.	2 دوز واکسین Pfizer در هر زمان	
5 روز از زمانی که طفل تان در معرض کووید-19 قرار گرفت.	1 دوز واکسین Pfizer در هر زمان	
چند روز باید در خانه بمانید؟	تعداد دوزهای واکسین کووید-19 و چه وقت	اگر سیستم مقاومت ضعیفی دارید یا در خطر ابتلا به مریضی شدید هستید
اگر طفل شما مریض نیست نیاز ندارد در خانه بماند.	2 یک دوز در هر زمان	
5 روز از زمانی که طفل تان در معرض کووید-19 قرار گرفت.	1 یک دوز در هر زمان	

اگر طفل شما در معرض کووید-19 قرار گرفته است (ادامه دارد)

<p>تعداد دوزهای واکسین کووید-19 که طفل شما دریافت کرده است و آخرین دوز او چه زمانی بوده است</p>	<p>اگر در 90 روز اخیر آزمایش کووید-19 طفل شما مثبت شده است (حدود 3 ماه)</p>
<p>اگر طفل شما باید چند روز در خانه بماند؟</p>	<p>در این شرایط مهم نیست که طفل شما چند واکسین دریافت کرده.</p>
<p>اگر طفل شما مریض نیست نیاز ندارد در خانه بماند.</p>	<p>تعداد دوزهای واکسین کووید-19 که طفل شما دریافت کرده است و آخرین دوز او چه زمانی بوده است</p>
<p>اگر طفل شما باید چند روز در خانه بماند؟</p>	<p>اگر بیش از 90 روز از ابتلای طفل شما به کووید-19 گذشته باشد</p>
<p>اگر طفل شما مریض نیست نیاز ندارد در خانه بماند.</p>	<p>2 دوز واکسین Pfizer در هر زمان 1 دوز واکسین Pfizer در هر زمان</p>
<p>اگر طفل شما مریض نیست نیاز ندارد در خانه بماند.</p>	<p>5 روز از زمانی که طفل تان در معرض کووید-19 قرار گرفت.</p>

آیا بعد از قرار گرفتن در معرض کووید-19 کار دیگری باید انجام دهم؟

- پس از قرار گرفتن در معرض فردی مبتلا به کووید-19، به مدت 10 روز در اطراف دیگران و در مکان های عمومی از [ماسک مناسب](#) استفاده کنید.
- 5 روز پس از روزی که در معرض تماس قرار گرفتید آزمایش بدهید.
- به مدت 10 روز پس از در معرض قرار گرفتن، مراقب علائم باشید. اگر مریضی شدید یا علائم دارید، حتی اگر خفیف باشند، فوراً آزمایش بدهید.

برخی از افراد ممکن است نیاز به قرنطین یا جدا سازی بیش از 5 روز داشته باشند زیرا محل زندگی یا کار آنها و سایرین را در معرض خطر بالای ابتلا به کووید-19 قرار می دهد. افرادی که در یک محیط جمعی مانند یک مرکز اصلاح و تربیت (زندانی)، مرکز مراقبت طولانی مدت، یا سرپناه بی خانمان ها زندگی یا کار می کنند، باید از [این رهنمایی](#) های CDC پیروی کنند. کارکنان مراقبت های صحتی باید [این رهنمایی های](#) CDC را دنبال کنند.

برای معلومات بیشتر به وبسایت ذیل مراجعه کنید:

<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/your-health/quarantine-isolation.html>

<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/vaccines/recommendations/immuno.html>