


ወቅታዊ በሽታ እንዳይስፋፋ ለመከላከል መለየት ወይም ራስን የማግለል መመሪያዎች

ራስን የማግለል ጊዜ

ራስን ማግለል፡- በኮቪድ-19 ምርመራ ፖሊሲዎች የሆነ ሰው ከሌሎች ርቆ እቤት ውስጥ በሚቆይበት/ በምትቆይበት ወቅት፤ ምንም እንኳን የበሽታው ምልክቶች ባይታዩበትም፤ በሌሎች ሰዎች ላይ በሽታው እንዳይተላለፍ የሚኖረውን ስጋት ለመቀነስና ለመከላከል ራስን ማግለል አስፈላጊ ነው። ቀደም ሲል MCPS የኮቪድ-19 ምርመራ ፖሊሲዎች የሆኑ ሰዎች ለ14 ቀናት ራሳቸውን አግልለው እንቆይ ይጠበቅ ነበር። በ "CDC, Maryland Department of Health and Montgomery County Department of Health and Human Services" መመሪያዎች መሠረት፤ በአሁን ወቅት ራስን አግልሎ የመቆየት ጊዜ ለ 10 ቀናት ሆኗል።

https://phpa.health.maryland.gov/Documents/COVID%20response%20for%20schools%20with%20decision%20aid_Update%203_FINAL_1.7.21.pdf

ከ
14 ቀናት ወደ



10 ቀናት ተቀይሯል

የኳረንቲን ጊዜ

ራስን ማግለል፡- አንድ ሰው ኮቪድ-19 ከያዘው/ከያዛት ሰው ጋር ከተጋለጠ(ች) እቤት በመቆየት የበሽታው ምልክቶች ይታዩበት(ባት) እንደሆነ ራሱ(ሷ)ን መቆጣጠር አለበት(ት)። በሽታ እንዳይተላለፍ ለመከላከል መለየት ወይም ራስን ማግለል ቫይረሱ ወደሌሎች የመሰራጨቱን እድል ይቀንሳል። ቀደም ሲል ለኮቪድ-19 የተጋለጡ ሰዎች ለ 14 ቀናት ራሳቸውን እንዲያገሉ MCPS ይጠበቅባቸው ነበር። የበሽታ መቆጣጠርያ ማእከል፣ የሜሪላንድ የጤና ዲፓርትመንት እና የሞንትጎመሪ ካውንቲ የጤና እና ሰብአዊ አገልግሎት ዲፓርትመንት "CDC, Maryland Department of Health and Montgomery County Department of Health and Human Services" መመሪያዎች መሠረት ራስን አግልሎ የመቆየት ጊዜ ወደ 10 ቀናት ተቀንሷል።

ተቀይሯል
14 ቀናት



10 ቀናት በአንዳንድ ሁኔታዎች

- በየቀኑ ክትትል ሲደረግ ምንም አይነት ምልክት ሪፖርት ያልተደረገ ከሆነ፤ እና
- የእለት ተእለት ክትትሉ እስከ 14ኛው ቀን የሚቀጥል ከሆነ፤ እና
- ራሳቸውን ያገለሉት ግለሰቦች የወረርሽኝን ስርጭት ለመቀነስ የፊት መሸፈኛ መጠቀምን፣ የአካል ርቀት መጠበቅን እና እስከ 14 ቀን የኮቪድ-19 ምልክቶችን ራሳቸው የሚከታተሉትን ጨምሮ ሌሎች ዘዴዎችንም የሚከተሉ ከሆነ፤ እና
- ራሳቸውን ያገለሉ ግለሰቦች ምልክቶች የሚታዩባቸው ከሆነ ምርመራ ማድረግ ያስፈልግ እንደሆነ ለመወሰን በፍጥነት የጤና አገልግሎት ሰጪ ማኅበር ይኖርባቸዋል።

ማሳሰቢያ፡- ዕድሜያቸው ከ5 ዓመት በታች የሆኑ ልጆች፣ እንዲሁም የአካል ጉዳት ወይም የሕክምና ችግር ያለባቸው ልጆች የአፍና የአፍንጫ መሸፈኛ ጭምብል መጠቀም አስችጋሪ/አደገኛ ለሚሆንባቸው ልጆች ለ14 ቀናት ተገልገው መቆየት አለባቸው።

ሙሉ በሙሉ ክትትል ለወሰዱት ከተጋላጭነት ነፃ መሆን

ሙሉ በሙሉ ክትትል ያገኙ (የመጨረሻውን ከተከተቡ ከሁለት ሳምንት በኋላ) ተማሪዎችና ሠራተኞች ኮቪድ-19 ካለበት(ት) ወይም እንደሚኖርበት(ት) ከተጠረጠረ ሰው ጋር በቀጥታ ግንኙነት ካደረጉ በሽታ እንዳይስፋፋ ከመለየት ወይም ራስን ከማግለል (ኳረንቲን) ነጻ ናቸው።

- ተማሪዎች በአካል ትምህርታቸውን መቀጠል ይችላሉ፤ እና ሠራተኞችም በትምህርት ቤት ወይም በጽ/ቤት ህንጻዎች ስራቸውን መቀጠል ይችላሉ።
- ሙሉ በሙሉ ክትትል የወሰዱ ሰዎችም ለኮቪድ-19 ከተጋለጡ ምልክቶች ይታይባቸው እንደሆነ ለ 14 ቀናት ክትትል ማድረግ አለባቸው።

ምልክቶች ከታዩባቸው ራሳቸውን ማግለል እና የኮቪድ-19 ምርመራ ማድረግ አለባቸው።

ለውጥ
14 ቀናት ራስን አግልሎ መቆየት



አያስፈልግም ራስን አግልሎ መቆየት አያስፈልግም

<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/vaccines/fully-vaccinated-guidance.html>

<https://phpa.health.maryland.gov/Documents/MDH%20rec%20fully%20vaccinated%20non-healthcare%2015Mar2021.pdf>