

## كوفيد-19: ما ينبغي عليك فعله إذا كنت من العاملين في مجال الرعاية الصحية.

ينتشر فيروس كوفيد-19 في مجتمعات ولاية فيرمونت. ونظرًا لأن جميع سكان فيرمونت معرضون لخطر الإصابة بهذا الفيروس، فإننا نوصي العاملين في الرعاية الصحية باتخاذ بعض الاحتياطات اللازمة لحماية أنفسهم ومرضاهم. وهذا الدليل مخصص للعاملين في أماكن الرعاية الصحية والمعرضين لمخالطة المرضى أو المعرضين للمواد معدية. ولذلك لا يشمل هذا الدليل عمال المختبرات الاكلينيكية.

تأكد من سلامتك من المرض قبل الذهاب إلى العمل.

من إحدى الطرق لفعل ذلك، هو قياس درجة الحرارة. عليك البقاء في المنزل إذا كانت درجة حرارتك 100 درجة فهرنهايت أو أكثر. وإذا لم تكن مصابًا بالحمى، ولكنك تشعر بالمرض، أو كان لديك سعال أو تعاني من ضيق في التنفس، فعليك البقاء في المنزل والاتصال بصاحب العمل. تُجري بعض أماكن العمل بروتوكولات تشخيص للأعراض قبل بدء مناوبة العمل؛ لذا عليك الرجوع إلى صاحب العمل لمعرفة البروتوكولات الخاصة بهم.

تعرف علي ما يجب فعله عند بدا الشعور بالمرض اثناء العمل.

إذا بدأت تشعر بالمرض في أثناء العمل، نوصيك بارتداء كمامة على الفور وإبلاغ مشرفك بذلك ووضع خطة للمغادرة في أقرب وقت ممكن. وعليك الرجوع إلى صاحب العمل لمعرفة البروتوكول المحدد في مكان عملك.

تعرف علي كيفية تلقي الإخطارات عند تعرضك الي حاله إصابة مؤكده بالفيروس.

تتواصل دائرة الصحة مع مرافق الرعاية الصحية التي تقديم الرعاية للمرضى المصابين بفيروس كوفيد-19 لمناقشة الخطوات التالية على النحو الموصى به من قبل إدارة مكافحة الأمراض والوقاية.

عليك الاتصال ببرنامج الصحة المهنية في مؤسستك أو برنامج مكافحة العدوى أو المسؤول المناسب لمناقشة خطة إخطار الموظفين في حالة تقديم العاملين في مؤسستك الرعاية لشخص مصاب بفيروس كوفيد-19. لا تنس الاستفسار عن خطط استبعاد الموظفين المعرضين للإصابة بالفيروس من العمل أو معايير العودة إلى العمل.

إذا تعرضت للإصابة بالفيروس في مكان آخر غير مكان العمل.

يُرجى التحدث إلى صاحب العمل بشأن تعرضك وما إذا كان يجب عليك تجنب المكوث في مكان العمل أو ما إذا كانت هناك أية إجراءات إضافية يتعين اتخاذها قبل الذهاب إلى العمل

إذا كنت معرضا للإصابة بالفيروس بشكل مستمر كما هو الحال عند تقديم الرعاية لشخص مصاب بفيروس كوفيد-19 في المستشفى.

اتبع دائمًا الاحتياطات القياسية والقائمة على مكافحة العدوى، بما في ذلك استخدام واقي العين وقناع الوجه أو قناع التنفس والملابس الواقية والقفازات. ومن الضروري بشكل خاص المراقبة المستمرة لأي أعراض تظهر عليك وعدم الذهاب إلى العمل إذا كنت تعاني من السعال أو الحمى أو ضيق التنفس.

---

يُرجى العلم أن صاحب العمل قد يرغب في استبدال هذا الدليل بغيره.

لمزيد من المعلومات، يُرجى زيارة الموقع الإلكتروني:

[www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/hcp/guidance-risk-assesment-hcp.html](http://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/hcp/guidance-risk-assesment-hcp.html)  
[www.heathvermont.gov/COVID-19](http://www.heathvermont.gov/COVID-19)

## COVID-19: What to do if you are a health care worker

COVID-19 is spreading in Vermont communities. While all Vermonters are at risk for exposure, we recommend that health care workers take specific precautions to protect themselves and their patients. This guidance is for people who work in health care settings and have the potential to be exposed to patients or infectious materials. For this purpose, clinical laboratory workers are not included.

### Make sure that you are not sick before going to work.

One way to do this is by taking your temperature. Stay home if you have a temperature of 100° F and above. If you don't have a fever, but you feel ill, or have a cough or shortness of breath, stay home from work and call your employer. Some workplaces have symptom screening protocols before starting a shift; check with your employer about their protocols.

### Know what to do if you start feeling sick while at work.

If you start feeling ill while at work, we recommend putting on a mask right away, notifying your supervisor, and making a plan to leave as soon as possible. Check with your employer about the specific protocol at your workplace.

### Know how you will get notified if you have been exposed to a confirmed case.

The Department of Health is reaching out to health care facilities that have provided care to people with COVID-19 to discuss next steps as recommended by CDC. Reach out to your facility's occupational health program, infection prevention program, or the appropriate administrator to discuss their plan to notify employees in the event that staff at your facility provided care for someone with COVID-19. Consider asking about their plans for exposed employee exclusion from work or return to work criteria.

### If you have been exposed somewhere other than the workplace:

Talk with your employer about your exposure and if you should stay out of work, or what additional measures to take before going to work.

### If you have ongoing exposures, such as providing care for someone with COVID-19 who is hospitalized:

Always follow standard and transmission-based precautions, including use of eye protection, facemask or respirator, gown, and gloves. It's especially important to monitor yourself for symptoms regularly and to exclude yourself from work if you develop cough, fever, or shortness of breath.

---

Please note that your employer may choose to supersede this guidance.

For more information, visit: [www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/hcp/guidance-risk-assessment-hcp.html](http://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/hcp/guidance-risk-assessment-hcp.html) and [www.healthvermont.gov/COVID-19](http://www.healthvermont.gov/COVID-19)