



# نتیجه تست PCR من مثبت شده است. حالا چه کار باید بکنم؟

شهروند گرامی،

شما برای بررسی آلودگی به ویروس کرونا ی سارس-کوید-۲ تست PCR داده‌اید (تست PoC-PCR نیز جزء همین دسته به حساب می‌آید) و نتیجه‌تان مثبت شده است.  
در زیر شرح داده شده است که، در صورت مثبت شدن نتیجه تست PCR، چه چیزهایی را باید مد نظر قرار داد.

## ۱. خود را قرنطینه (ایزوله) کنید!

- اگر نتیجه تست PCR تان مثبت شد، فوراً به آپارتمان/خانه خود بروید! این امر در مورد افراد واکسینه‌شده و بهبودیافته نیز صدق می‌کند. (همچنین، وقتی که به خاطر بروز علائم تست PCR داده‌اید و منتظر نتیجه آن هستید، باید حداقل تا زمان دریافت نتیجه تست در قرنطینه بمانید.)
- تنها در صورت بروز موارد اضطراری پزشکی یا موارد اضطراری دیگر یا برای انجام تست محل زندگی خود را ترک کنید. اگر حیاط یا بالکن دارید، می‌توانید به تنهایی در آنجا هوایی تازه کنید.
- از تماس مستقیم با دیگر افراد خانوار خود خودداری نمایید. در صورت امکان در یک اتاق اختصاصی بمانید — همچنین در زمان صرف وعده‌های غذایی. هنگام تماس با دیگر افراد خانوار خود از ماسک استفاده کنید. تمام اتاق‌های خانه خود را به طور منظم تهویه کنید. شما و اعضای خانواده‌تان (به جز آن‌هایی که واکسینه شده‌اند یا بهبود یافته‌اند) اجازه دریافت مهمان ندارید. اما حتی اعضای واکسینه‌شده و بهبودیافته نیز حتی الامکان نباید در این زمان در همان خانه مهمان دریافت کنند.
- اگر علائم بیماری را در خود مشاهده کردید یا علائم‌تان شدت گرفت، به صورت تلفنی با پزشک خانواده یا خدمات اورژانسی پزشکی (۱۱۶۱۱۷) تماس بگیرید!

## ۲. مدت قرنطینه و امکان پایان پیش از موعد

- دوره قرنطینه شما اصولاً ۱۰ روز پس از اولین کشف عامل بیماری‌زا (تاریخ رسید نمونه‌گیری یا ورود به آزمایشگاه، بسته به این که کدام یک بر روی گواهی ثبت شده باشد) به پایان می‌رسد.
- اگر تمام دوزهای واکسن خود را دریافت کرده‌اید (به آن معنا که در برنامه واکسیناسیون قابل‌دسترس از نشانی [www.pei.de/impfstoffe/covid-19](http://www.pei.de/impfstoffe/covid-19) تعریف شده است و نیازی هم به اثبات دریافت دوز یادآور نیست) و در کل مدت بدون علائم بوده‌اید، می‌توانید قرنطینه را با دریافت نتیجه تست فوری آنتی‌ژن، پیش از موعد، به پایان برسانید. اولین موعد ممکن برای نمونه‌گیری برای تست هفتمین روز قرنطینه است. بدین ترتیب، قرنطینه شما با ارائه نتیجه تست منفی به پایان می‌رسد. فقط زمانی لازم به ارائه نتیجه تست منفی است که یک مسئول به صراحت آن را از شما درخواست کنند. اگر یک سوپه‌نگران‌کننده (مثلاً، در حال حاضر، آمیکرون) در شما کشف شده باشد، امکان انجام تست رایگان وجود ندارد.

## ۳. به اعضای خانوار خود اطلاع دهید!

- در اسرع وقت به همه اعضای خانوار خود اطلاع دهید که نتیجه تست‌تان مثبت شده است.
- اعضای خانوار شما نیز باید سریعاً پس از اطلاع از مثبت شدن نتیجه شما خود را قرنطینه کنند، مگر این که طی شش ماه گذشته، به طور قابل‌اثبات (با تست PCR)، دچار کوید-۱۹ شده باشند یا تمام دوزهای واکسن خود را دریافت کرده باشند (به آن معنا که در برنامه واکسیناسیون قابل‌دسترس از نشانی [www.pei.de/impfstoffe/covid-19](http://www.pei.de/impfstoffe/covid-19) تعریف شده است و نیازی هم به اثبات دریافت دوز یادآور نیست) و از نهادهای ذیصلاح هم دستورالعمل دیگری دریافت نکرده باشند.

- اعضای خانوار شما نیز تنها در صورت بروز موارد اضطراری پزشکی یا موارد اضطراری دیگر یا برای انجام تست مجاز به خروج از آپارتمان یا خانه هستند. گذران وقت در بالکن یا حیاط خانه خود مجاز است.
- مدت قرنطینه برای اعضای خانوار شما قاعداً ۱۴ روز پس از نتیجه تست شما پایان می‌یابد، البته به شرطی که علائم در اعضای خانوار شما بروز پیدا نکند و/یا نتیجه تست‌شان مثبت نشود.
- افزون بر این، امکان پایان پیش از موعد قرنطینه برای اعضای خانوار نیز وجود دارد، البته به شرطی که علائمی نداشته باشند. در هفتمین روز قرنطینه، می‌توان تست فوری آنتی‌ژن داد. اگر نتیجه منفی شد، قرنطینه اعضای خانوار نیز بعد از ارائه نتیجه منفی تست فوری در همان روز پایان می‌یابد. نتیجه تست منفی (برای پایان پیش از موعد قرنطینه اعضای خانوار) را باید تا زمان انقضای دوره قرنطینه اولیه با خود به همراه داشت و تنها در صورتی که نهاد ذیصلاح آن را از شما طلب کرد ملزم به ارائه آن هستید.
- اگر در اولین فرد خانوار یک سویه نگران‌کننده (مثلاً، در حال حاضر، سویه آمیکرون) کشف شده باشد، امکان تست رایگان برای دیگر اعضای خانواده وجود ندارد.
- نتیجه مثبت تست PCR شما در ابتدا، به جز برای افراد خانواده شما، برای افراد دیگری الزام به رعایت قرنطینه را ایجاد نمی‌کند. شما می‌توانید مثبت بودن نتیجه تست خود را به اطرافیان و کسانی که با آنها تماس داشته‌اید اطلاع دهید. اما کسانی که با آنها تماس داشته‌اید ملزم به مراجعه به اداره بهداشت نیستند.

#### ۴. تماس از سوی اداره بهداشت

- اداره بهداشت به صورت منظم با افرادی که نتیجه تست‌شان مثبت شده است، اعضای خانوار آنها و دیگر افرادی که با آنها در تماس بوده‌اند تماس نمی‌گیرد، به جز وقتی که فرد پس از واکسیناسیون بیمار شده باشد و در محیطی باشد که افراد آسیب‌پذیر در آن حضور دارند. لزومی ندارد که خودتان با اداره بهداشت تماس بگیرید.
- اگر همچنان در مورد قرنطینه خود یا اعضای خانوار خود سوالی برای‌تان باقی مانده است، لطفاً با شماره‌های رایگان یا مراکز ارائه اطلاعات مربوطه تماس بگیرید. نمونه‌های آن از این قبیل است:
  - سوالات رایج در مورد قرنطینه و ایزولاسیون در بدن-و-وتمبرگ:
    - <https://www.baden-wuerttemberg.de/de/service/aktuelle-infos-zu-corona/fragen-und-antworten-rund-um-corona/faq-quarantaene>
    - اطلاعات مرکز آموزش بهداشت فدرال:
      - <https://www.infektionsschutz.de/corona-virus/fragen-und-antworten/quarantaene-und-isolierung>
  - اگر برای قرنطینه خود نیاز به گواهی دارید، لطفاً با پلیس منطقه خود تماس بگیرید.