

توجيه نيوهامبشر الخاص بالسفر في ظل كوفيد-19 3 ديسمبر 2020

تستمر جائحة مرض فيروس كورونا المستجد 2019 (كوفيد-19) في جميع أنحاء العالم وداخل الولايات المتحدة. ويستمر ظهور الكثير من حالات الإصابة بكوفيد-19 في كثير من الدول، ولا سيما الولايات المتحدة الأمريكية (انظر [اتجاهات الولايات الفردية](#))، والكثير من المناطق التي سيطرت على حالات التفشي الأصلية تشهد حاليًا زيادة جديدة في أعداد الإصابة بكوفيد-19. وتواصل معظم وجهات السفر الدولية استخدام [إشعار التحذير الصحي للسفر](#) والذي يشير إلى وجود خطورة عالية للإصابة بكوفيد-19، ويوصي بعدم السفر لغير الضرورة. لذا، فإن أي سفر دولي أو محلي يزيد من فرص إصابة الشخص بالعدوى وانتشار كوفيد-19، والمكوث في المنزل هو أفضل وسيلة لحماية نفسك والآخرين من الإصابة بالمرض.

يقدم مركز السيطرة على الأمراض والوقاية منها (CDC) إرشادات للأشخاص [المسافرين داخل الولايات المتحدة الأمريكية](#). نظرًا لأن السفر يزيد من فرص إصابة الشخص بكوفيد-19 من خلال المخالطة المباشرة مع الآخرين أو ملامسة الأسطح العامة الملوثة، ينبغي على أي شخص يسافر مواصلة تجنب وسائل النقل العام وتجنب التجمعات مع الأشخاص من غير أفراد الأسرة المعيشية المقربين والحفاظ على وجود مسافة لا تقل عن 6 أقدام عن الآخرين وارتداء كمامة للوجه عند الوجود في أماكن عامة وتطهير اليدين باستمرار.

توصي ولاية نيوهامبشر بتوجيه السفر والحجر الصحي التالي للمقيمين في نيوهامبشر وزوارها من أجل منع ظهور كوفيد-19 وانتشاره في مجتمعاتنا من مناطق خارج نيوهامبشر، والتي قد تكون تشهد انتشارًا مجتمعيًا أكبر لكوفيد-19. هناك توجيه منفصل لأصحاب العمل/الموظفين متعلق بالسفر والحجر الصحي موضح في [التوجيهات الدولية وتوجيه](#) وزارة الصحة والخدمات الإنسانية بولاية نيوهامبشر لسفر الموظفين وفحصهم واستبعادهم. ينبغي على المنظمات والأفراد الآخرين الذين قد لا ينطبق عليهم توجيه العمل (على سبيل المثال، المدارس العامة) اتباع هذا التوجيه، أو تكييف هذا التوجيه مع أوضاعهم واحتياجاتهم الخاصة من خلال وضع سياسات السفر والحجر الصحي التي تسمح بالسفر الضروري، وفي الوقت نفسه حماية الأفراد والأسر والمجتمعات من ظهور كوفيد-19 وانتشاره.

توجيه الحجر الصحي الخاص بالسفر

يتعين على [المسافرين/الزوار والمقيمين](#) في نيوهامبشر الخضوع [للحجر الصحي الذاتي](#) لمدة 10 أيام من آخر تاريخ أي سفر ينطوي على خطورة عالية، والذي يشمل السفر دوليًا (بما في ذلك إلى كندا ومنها)؛ أو على متن سفينة سياحية؛ أو محليًا خارج ولايات نيو إنجلاند في مين أو فيرمونت أو ماساتشوستس أو كونيتيكت أو رود آيلاند لأغراض غير ضرورية.

يملك الأشخاص الذين يستوفون معايير السفر الذي ينطوي على خطورة عالية خيار إنهاء مدة الحجر الصحي بعد اليوم السابع عن طريق الخضوع لفحص في اليوم السادس أو السابع من الحجر الصحي للفحص عن وجود عدوى نشطة بفيروس SARS-CoV-2 (إن SARS-CoV-2 هو فيروس كورونا المستجد المتسبب في مرض كوفيد-19)؛ يجب أن يكون فحصًا جزئيًا، (على سبيل المثال، فحص قائم على تفاعل البوليمراز المتسلسل (PCR))؛ لا يتم قبول فحوصات المستضد لهذا الغرض. إذا تم إجراء الفحص في اليوم السادس أو السابع من الحجر الصحي، وكان الشخص بدون أعراض، وجاءت نتيجة الفحص سلبية، يمكن للشخص إنهاء الحجر الصحي بعد سبعة أيام، لكن لا يزال يتعين عليه إجراء [المراقبة الذاتية](#) لأعراض مرض كوفيد-19 والالتزام التزامًا صارمًا بتدابير التخفيف من آثار كوفيد-19 (التباعد الاجتماعي وتجنب التجمعات الاجتماعية وارتداء قناع الوجه وغسل اليدين باستمرار، وما شابه) لمدة 14 يومًا كاملة بعد آخر يوم سفر. ينبغي أن تدفع أي [أعراض كوفيد-19](#) جديدة الشخص إلى القيام بالعزل والسعي للخضوع لفحص مرة أخرى (حتى لو خضع الشخص للفحص مؤخرًا لإنهاء الحجر الصحي). ينطبق خيار "الفحص لإنهاء" الحجر الصحي بعد 7 أيام هذا **فقط** على الحجر الصحي المرتبط بالسفر (وليس الحجر الصحي بسبب حالة تعرض لمخالطة مباشرة عالية الخطورة مع شخص مصاب بمرض كوفيد-19).

يجوز للزائرين/المسافرين إلى نيوهامبشر الخضوع للحجر الصحي في ولايتهم الأصلية لمدة الـ 10 أيام السابقة للوصول مباشرة ما داموا لم يسافروا في وسائل النقل العام للوصول إلى نيوهامبشر. ومن ناحية أخرى، يتوفر للمسافرين/الزائرين إلى نيوهامبشر خيار الحجر الصحي في ولايتهم الأصلية لمدة 7 أيام، والخضوع لفحص جزئي (على سبيل المثال، فحص قائم على PCR) لفحص عدوى SARS-CoV-2 النشطة قبل الوصول إلى نيوهامبشر مباشرة، وإذا كانت النتيجة سلبية، فلا يُطلب من المسافر الخضوع للحجر الصحي عند وصوله إلى نيوهامبشر ما دام لم يسافر في وسائل النقل العام للوصول إليها ولم يكن هناك تعرض آخر محتمل لكوفيد-19. لا يتم قبول فحوصات المستضد لهذا الغرض. الحجر الصحي يعني أنه لا يجوز للشخص مغادرة منزله، حتى للعمل أو المدرسة أو لأداء وظائف أساسية أخرى، ولا يجوز للشخص الذي يسافر إلى نيوهامبشر إنهاء الحجر الصحي قبل تلقي نتيجة الفحص وقيل السفر إلى نيوهامبشر (أي، منذ لحظة معرفة نتيجة الفحص السلبية حتى وصوله إلى نيوهامبشر، يجب ألا تكون هناك احتمالات للتعرض للعامة مرة أخرى).

استثناءات الحجر الصحي للسفر

يجب على المؤسسات وضع سياسات السفر والاستبعاد الخاصة بها باتباع توجيه الصحة العامة (هذا التوجيه وتوجيه وزارة الصحة والخدمات الإنسانية بولاية نيوهامبشر لسفر الموظفين وفحصهم واستبعادهم) و [التوجيهات الدولية](#). يمكن للشركات والمؤسسات والمدارس وما شابه تطبيق استثناءات على توصيات الحجر الصحي للسفر الموضحة هنا، وذلك للأشخاص الذين يسافرون لأغراض "حالات السفر الضرورية". تشمل حالات السفر الضرورية العمل والمدرسة والسلامة الشخصية والرعاية الطبية ورعاية الآخرين والحضانة الأبوية المشتركة والحصول على الأدوية والأطعمة أو المشروبات (الرحلات القصيرة لمطاعم الوجبات السريعة ومحلات البقالة فقط). تشمل حالات السفر الضرورية أيضًا سفر الطلاب وأولياء أمورهم أو الأوصياء عليهم الذين يزورون مؤسسات التعليم العالي أو المدارس الثانوية التحضيرية كطلاب محتملين في المستقبل، بما في ذلك السماح للطلاب بالبقاء في المدارس للإقامات الليلية. لا يمكن للموظفين غير الأساسيين الذين يسافرون إلى مناطق عالية الخطورة لأسباب شخصية أو ترفيهية الاعتماد على هذا الإعفاء (راجع توجيه وزارة الصحة والخدمات الإنسانية بولاية نيوهامبشر فيما يتعلق بالسفر والفحص والاستبعاد لأرباب العمل لمزيد من المعلومات عن تعيين "الموظف الأساسي" وتوجيهه).

ومع ذلك، لا ينبغي أن تكون استثناءات متطلبات الحجر الصحي بعد السفر الذي ينطوي على خطورة عالية ممارسة قياسية، ويجب بذل كافة الجهود للسماح للأفراد بالعمل أو التعلم أو أداء وظائف مهمة أخرى عن بُعد أثناء فترة الحجر الصحي. يجب على الأشخاص المسموح لهم بالعمل أو الذهاب إلى المدرسة على الرغم من السفر الذي ينطوي على خطورة عالية، أن يخضعوا للحجر الصحي لجميع الأغراض الأخرى بخلاف العمل أو المدرسة، وألا يحضروا المناسبات الاجتماعية أو التجمعات خلال فترة الحجر الصحي.

ملخص الحجر الصحي الخاص بالسفر

حالة الفحص/ الأعراض	سافر دوليًا، عن طريق سفينة سياحية، أو محليًا خارج نيو إنجلاند	سافر داخل نيو إنجلاند أو لم يسافر
عرض جديد أو غير مفسر من أعراض كوفيد-19	يُعزل ويخضع للفحص على الفور. إذا كانت النتيجة سلبية، يمكن للشخص العودة إلى الأنشطة الاعتيادية بمجرد مرور ما لا يقل عن 24 ساعة دون حمى (بدون استخدام الأدوية الخافضة للحرارة) وتحسن الأعراض الأخرى وانطباق واحد من المعايير الثلاثة التالية: 1. إكمال الشخص للحجر الصحي الذاتي لمدة 10 أيام من آخر يوم للسفر 2. السفر كان "سفرًا ضروريًا" 3. ينه الشخص مدة الحجر الصحي بعد اليوم السابع لأن نتيجة فحص SARS-CoV-2 في اليوم السادس أو السابع من الحجر الصحي كانت سلبية (يجب أن يكون فحصًا جزيئيًا للكشف عن العدوى النشطة، مثل فحص PCR) (ملاحظة: إذا خضع الشخص للفحص قبل اليوم السادس أو السابع من الحجر الصحي بسبب ظهور أعراض وكانت النتيجة سلبية، فلا تزال هناك حاجة إلى الخضوع لفحص ثان بعد سبعة أيام لإنهاء الحجر الصحي مبكرًا.)	يُعزل ويخضع للفحص على الفور. إذا كانت النتيجة سلبية، يمكن للشخص العودة إلى الأنشطة الاعتيادية بعد مرور ما لا يقل عن 24 ساعة دون حمى (بدون استخدام الأدوية الخافضة للحرارة) وتحسن الأعراض الأخرى.
بدون أعراض (لا تظهر أعراض)	يخضع للحجر الصحي الذاتي لمدة 10 أيام من آخر يوم سفر (ما لم يكن السفر ضروريًا) لدى الشخص خيار إنهاء مدة الحجر الصحي لأن نتيجة فحص SARS-CoV-2 في اليوم السابع من الحجر الصحي كانت سلبية في اليوم السادس أو السابع (يجب أن يكون فحصًا جزيئيًا للكشف عن العدوى النشطة، مثل فحص PCR)	لا توجد قيود
نتيجة فحص إيجابية لكوفيد-19	العزل الذاتي	العزل الذاتي

حالات السفر الضرورية: تشمل حالات السفر الضرورية العمل والمدرسة والسلامة الشخصية والرعاية الطبية ورعاية الآخرين والحضانة الأبوية المشتركة والحصول على الأدوية والأطعمة أو المشروبات (الرحلات القصيرة لمطاعم الوجبات السريعة ومحلات البقالة فقط). تشمل حالات السفر الضرورية أيضًا سفر الطلاب وأولياء أمورهم أو الأوصياء عليهم الذين يزورون مؤسسات التعليم العالي أو المدارس الثانوية التحضيرية كطلاب محتملين في المستقبل، بما في ذلك السماح للطلاب بالبقاء في المدارس للإقامات الليلية. لا يمكن للموظفين غير الأساسيين الذين يسافرون إلى مناطق عالية الخطورة لأسباب شخصية أو ترفيهية الاعتماد على هذا الإعفاء.

ما الفرق بين العزل والحجر الصحي؟

ينطبق العزل على الأشخاص المرضى أو المصابين بفيروس كورونا المستجد المسبب لكوفيد-19؛ وينطبق الحجر الصحي على الأشخاص الذين من المحتمل أن يكونوا تعرضوا للعدوى أو المعرضين لخطر الإصابة. والمصطلحان يعبران أن الشخص عليه المكوث في المنزل والبعد عن الآخرين، ولكن الوقت اللازم في الحالتين يختلف. راجع هذه النظرة العامة عن الاختلافات [عبر الإنترنت](#).