County of San Diego

ኒክ ማቺዮን ፊች/NICK MACCHIONE, FACHE
የኤጀንሲ ዳይሬክተር

የጤናና ሰብአዊ አገልግሎቶች ኤጀንሲ
የማህበረሰብ ጤና አገልግሎቶች
3851 ROSECRANS STREET, MAIL STOP P-578
SAN DIEGO, CA 92110-3134
(619) 531-5800 • FAX (619) 542-4186

ዊልማ ጄ. ዉተን/ WILMA J. WOOTEN, M.D.
የማህበረሰብ ጤና መኮንን

የጤና ኦፊሰር ትዕዛዝ
(ለCOVID-19 የተጋለጡ ሰዎች የኳራንታይን ትዕዛዝ)

የኮሮና ቫይረስ በሽታ 2019 (COVID-19) ስርጭት በማህበረሰብ ጤና ላይ ከፍተኛ ስጋትን ፈጥሯል። የሳን ዲዬጎ ካውንቲ በአሁኑ ወቅት በCOVID-19 ወረርሽኝ ምክንያት የታወጀው የጤና አስቸኳይ ጊዜ እና የታወጀው የአካባቢ የአስቸኳይ ጊዜ ተፈጻሚ የተደረገበት ሲሆን የካሊፎርንያ ግዛት ገዥ የአስቸኳይ ጊዜ አውጀዋል። እያንዳንዱ ሰው በCOVID-19 የመታመም ስጋት ያ ለበት ቢሆንም አንዳንድ ሰዎች በእድሜ መግፋት ምክንያት በሚያጋጥማቸው ከባድ ህመም ወይም ስር የሰደዱ የጤና ሁኔታዎች የተነሳ ከሌሎች ሰዎች የበለጠ ለበሽታው ተጋላጭ ይሆናሉ። የCOVID-19 ስርጭትን ለመቀነስ እና የሳንዲዬጎ ካውንቲን የጤና እንክብካቤ ስርአት ከመዳከም ለመከላከል ለሳን ዲዬጎ ካውንቲ የጤና መኮንን (የጤና መኮንን) ለCOVID-19 የተጋለጡ ሰዎችን ኳራንታይን መጠየቅ አስፈላጊ ሆኖበታል።

በCOVID-19 ከተያዘ ጋር ወይም በCOVID-19 መያዙ ከተጠረጠረ ሰው (የCOVID-19 ታማሚ) ጋር የቅርብ ንክኪ ያደረጉ የቤተሰብ የቅርብ ሰዎች፣ የቅርብ የትዳር/ፍቅር አጋሮች፣ ተንከባካቢዎች እና ማንኛውም ሌሎች ሰዎች እራሳቸውን ኳራንታይን ማድረግ አለባቸው። "የቅርብ ንክኪ ያደረገ ሰው" በ COVID-19 ከተያዘ ሰው ጋር በCOVID-19 የተያዘው ሰው ምልክቶቹን ማየት ከመጀመሩ በፊት ባሉት 48 ሰዓታት (ወይም ምልክቱ ለማይታይባቸው ታማሚዎች ናሙና ከመወሰዱ ከ2 ቀናት በፊት) ጀምሮ ታማሚው እራሱን ከማግለል ነጻ እስከሚሆንበት ጊዜ ድረስ ባሉት ጊዜያት መካከል ከ COVID-19 ታማሚው ጋር በየትኛውም ቦታ:

1. በCOVID-19 ከተያዘው ሰው ወይም እንደተያዘ ከተጠረጠረው ሰው ጋር በ6 ጫማ ርቀት ውስጥ በጠቅላላው ለ15 ደቂቃዎች ወይም ከ24 ሰዐት ለበለጠ ጊዜ የተገናኘ፣ ወይም

2. COVID-19 ከተያዘው ሰው ወይም እንደተያዘ ከተጠረጠረው ሰው የሰውነት ፈሳሾች እና/ወይም አከታዎች (ሳልን ወይም ማስነጠስን፣ የመመገቢያ እቃዎችን በጋራ መጠቀም ወይም ከተመሳሳይ ማስቀመጫ መጠጣትን ጨምሮ በነዚህ ላይ ብቻ ሳይወሰን) መከላከያ በሌለበት መልኩ የተነካካ ሰው ነው።

ይህ ትእዛዝ ከዚህ በታች በክፍል # 2 ስር ለተዘረዘሩት ሰዎች ተፈጻሚ አይሆንም።

ስለሆነም የጤና መኮንኑ በካሊፎርንያ የጤናና ደህንነት ደንብ ክፍሎች 101040, 101030, 120175, 120215, 120220, እና 120225 መሰረት እነዚህን**ትእዛዞች** አሳልፏል:

ሁሉም የCOVID-19 ምልክቶች የማይታዩባቸው ሆኖም በCOVID-19 ከተያዘ ሰው ጋር የቅርብ ንክኪ ያደረጉ ሰዎች ወዲያውኑ የሚከተሉትን እርምጃዎች መውሰድ አለባቸው፡

1. በCOVID-19 ከተያዘ ሰው ጋር ለመጨረሻ ጊዜ የቅርብ ንክኪ ካደረጉ ጀምሮ ቢያንስ ከ10 ቀናት እስከ 14 ቀናት በመኖሪያ ቤታቸው ወይም ሌላ የመኖሪያ ቦታ እራሳቸውን ኳራንታይን ማድረግ አለባቸው። ሁሉም ምልክቶቹ የሚታዩባቸው የቅርብ ንክኪ ያደረጉ ሰዎች ለመጨረሻ ጊዜ ተጋላጭ ከሆኑበት ቀን ጀምሮ ከ10 ቀናት በኋላ ወይም የ COVID-19 ምልክቶችን እስከ 14 ቀናት ድረስ በራሳቸው መቆጣጠር እስከ ቻሉ ድረስ ምርመራ ማድረግ ሳያስፈልጋቸው **ሳያስፈልጋቸው** ኳራንታይን ማድረጋቸውን ሊያቋርጡ የሚችሉ ሲሆን ምልክቶቹ በድጋሚ የሚታዩባቸው ከሆነ ወዲያውኑ እራሳቸውን ማግለል እና የጤና እንክብካቤ አቅራቢቸውን ወይም የአካበባቢያቸውን የጤና እንክብካቤ መምሪያ በማነጋገር ምርመራ ማድረግ አለባቸው። ከ14 ቀናት በፊት ከኳራንታይን ነጻ የሚሆኑ ሰዎች በቋሚነት የፊተት ጭምብሎችን መልበስን እና እስከ 14ኛው ቀን ድረስ ከሌሎች ሰዎች ርቀታቸውን ቢያንስ በ6 ጫማ መጠበቅን ጨምሮ ሁሉንም የሚታዘዟቸውን የህክምና ያልሆኑ ጣልቃገብነቶች በጥብቅ ማክበር አለባቸው።

a. ኳንታይን የሚያደርጉት በጋራ መኖሪያ ቦታ፣ ሆቴል ወይም ብዙ የመኖሪያ ክፍሎች ባሉት መኖሪያ ቦታ ከሆነ እዛ ቦታ ላይ ወደ የትኛውም ሌሎች ክፍሎች አለመግባት አለባቸው። ግለሰቦች ኳራንታይን ባደረጉበት ቦታ ላይ ሆነው አስፈላጊውን የህክምና እንክብካቤ ሊያገኙ ይችላሉ።
b. ከፍተኛ የሰራተኞች እጥረት በሚከሰትበት ለታካሚ ደህንነቱ የተጠበቀ እንክብካቤ የሚያደርጉ በቂ ሰራተኞች በማይኖሩበት ወቅት የጤና እንክብካቤ ሰራተኞች የአስቸኳይ ጊዜ ምላሽ እና በህጻናት ደህንነት ወይም የረጅም ጊዜ እንክብካቤ መቼት ከደንበኞች ጋር የገጽ ለገጽ ግንኙነት የሚያደርጉ የማህበራዊ አገልግሎት ሰራተኞች ለመጨረሻ ጊዜ ተጋላጭ ከሆኑበት ቀን ከ7 ቀናት በኋላ በ5ኛው ቀን ወይም ከዚያ በኋላ በሚወሰደው ናሙና ኔጋቲቭ የPCR ውጤት ካገኙና ምልክቶቹ ሳይታዩባቸው ከቀጠሉ ወደ ስራ መመለስ ይችላሉ። ሙያተኞቹ ከ7 ቀናት በኋላ እስከ 14ኛው ቀን ድረስ ወደ መኖሪያ ቤታቸው በሚመለሱበት ወቅት የቀዶ ህክምና የፊት ጭምብሎችን መልበስ ይኖርባቸዋል።
c. ከፍተኛ የሰራተኛ እጥረት ያለባቸው እና ለታካሚ ደህንነቱ የተጠበቀ እንክብካቤ የሚያቀርቡ በቂ ሰራተኞች የሌሏቸው የጤና እንክብካቤ አሰሪዎች በ CDC ስር በተገለጸው መሰረት የመጠባበቂያ የአቅም ግንባታ ስትራቴጂዎችን ሊጠቀሙ የሚችሉ ሲሆን በዚህ ጊዜ ምልክቱ የማይታይባቸው የጤና እንክብካቤ ሰራተኞች (በወረርሽኙ መከሰት ወቅት ሁሉም ሰራተኞቻቸው ተጋላጭ እንደሆኑ የሚቆጠርባቸው የለጠኑ የነርሲንግ አገልግሎት መስጫዎችን ጨምሮ) በቀዶ ህክምና ጭምብል ወይም መተንፈሻ መስራት የሚፈቀድላቸው ቢሆንም ከተጋለጡ በኋላ 14 ቀናት እስከሚሞላቸው ድረስ በየዕለቱ የሙቀት መጠናቸውን እና የምልክቶቹን አለመታየት ሪፖርት ማድረግ ይጠበቅባቸዋል።
d. ከፍተኛ ስጋት ባለባቸው የጋራ መኖሪያ ቦታዎች የሚኖሩ ወይም የሚሰሩ ሰዎች (ምሳ፡ የሰለጠኑ የነርሲንግ አገልግሎት መስጫዎች፣ እስር ቤቶች፣ ማረሚያ ቤቶች፣ መጠለያዎች) ወይም በከፍተኛ ደረጃ የበሽታ መከላከል አቅማቸው ከደከመ ሰዎች ጋር የሚኖሩ ወይም የሚሰሩ ሰዎች (ምሳ፡ የአጥንት መቅኒ ወይም ጠንካራ የሰውነት ክፍ ንቅለ ተከላዎች፣ ኬሞቴራፒ) የሰራተኞች እጥረት ባይኖርም እንኳ ለ147 ቀናት ኳራንታይን ማድረግ አለባቸው።

2. በ CDC ጥቆማ መሰረት፣ በሶስት ወር ጊዜ ውስጥ በሽታ የመከላከል አቅም ያዳበሩ ሰዎች ኳራንቲን ማድረግ አይጠበቅባቸውም።
   a. ባለፉት 3 ወራት ጊዜ ውስጥ ምርመራ አድርገው በ COVID-19 ፖዘቲቭ ሆነው ከበሽታው ያገገሙ ሰዎች እንደ አዲስ ምልክቶችን ካላሳዩ በስተቀር ኳራንታይን ማድረግ አይጠበቅባቸውም።
   b. ለመጀመሪያው ጊዜ በ COVID-19 ከተያዙ በኋላ በ 3 ወራት ጊዜ ውስጥ በድጋሚ ምልክቶችን የሚያሳዩ ሰዎች እያሳዩ ላለው ምልክቶች የሚታወቅ ሌላ ምክንያት ከሌለ በስተቀር፣ እንደገና መመርመር አለባቸው።
   c. በ COVID-19 ከተያዘ ሰው ጋር የቅርብ ንክኪ የነበራቸው ሰዎች፣ ባለፉት ሶስት ወራት ጊዜ ውስጥ ሙሉ ክትባት ተከትበው ከነበረ እና ምንም አይነት ምልክቶችን እያሳዩ ካልሆነ፣ ኳራንታይን ማድረግ አይጠበቅባቸውም።

   ለበለጠ መረጃ፣ የሚከተሉትን ሰነዶች ይመልከቱ፥
   https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/if-you-are-sick/quarantine.html
   https://www.cdc.gov/vaccines/covid-19/info-by-product/clinical-considerations.html

3. ሁሉንም የጤና መኮንን እና የህክምና አቅራቢ መስፈርቶች በጥንቃቄ መመርመር እና በጥብቅ መከተል አለባቸው። በCOVID-19 ለተያዘ ሰው ተጋላጭ በመሆናቸው ምክንያት በቤት ውስጥ ኳራንታይን የሚያደርጉ *የCOVID-19 የቅርብ ንክኪ ያደረጉ ሰዎች የቤት ውስጥ ኳራንታይን ማድረጊያ መመሪያን* መከተል ይኖርባቸዋል። መመሪያውን እዚህ ላይ ማግኘት ይቻላል: https://www.sandiegocounty.gov/content/dam/sdc/hhsa/programs/phs/Epidemiology/COVID-19%20Home%20Quarantine%20Guidance_Amharic.pdf

4. በዚህ ትዕዛዝ ስር በሌላ መልኩ ካልተፈቀደ በስተቀር ኳራንታይን በማደድረግ ላይ ያለ ሰው የህክምና እንክብካቤ ሙያተኞችን፣ ይህን ትእዛዝ የሚያስፈጽም የህግ አስፈጻሚ ኦፊሰርን፣ የጤና መኮንን ተወካይን፣ የትኛውንም ሌላ በጤና መኮንኑ የተፈቀደለትን ሰው ወይም ተንከባካቢ ሳይጨምር ከየትኛውም ሰው ጋር በ6 ጫማ ርቀት ክልል ርቀታቸውን መጠበቅ አለባቸው።

5. ምልክቶቹ የሚታዩብዎ ከሆነ እባክዎ የህክምና አቅራቢዎን ያነጋግሩ። ከCOVID-19 ጋር ተመሳሳይነት ያላቸው ምልክቶች ሳልን፣ ትንፋሽ ማጠር ወይም ለመተንፈስ መቸገር፣ ድካም፣ ትኩሳት ወይም ብርድ ብርድ ማለት፣ የጡንቻ ወይም የሰውነት ህመም፣ ራስ ምታት፣ የጉሮሮ መሰርሰር፣ ጣዕም ማጣት ወይም ማሽተት አለመቻል፣ የአፍንጫ ፈሳሽ መብዛት፣ ማቅለሽለሽ ወይም ማስመለስ ወይም ተቅማጥን ያጠቃልላሉ። በህክምና አቅራቢዎ በሚሰጥዎ መመሪያ መሰረት እራስዎን ማግለል እና የCOVID-19 ምርመራ ማድረግ ሊያስፈልግዎ ይችላል።

   a. የማህበረሰብ ጤና መኮንኑን እራስን የማግለል ትዕዛዝ ከካውንቲው የCOVID-19 ድረገጽ ላይ ማግኘት ይቻላል:

i. https://www.sandiegocounty.gov/content/dam/sdc/hhsa/programs/phs/Epidemiology/Health%20Officer%20Order-Isolation_Amharic.pdf)።

ይህን ትእዛዝ መጣስ ወይም አለማክበር እንደ ጥፋት ተቆጥሮ በእስር፣ የገንዘብ ቅጣት ወይም በሁለቱም ያስቀጣል (የካሊፎርንያ የጤናና ደህንነት ደንብ ክፍል 120275 እና 120295)። ይህ ትዕዛዝ ተላላፊ፣ በካይ ወይም ተዛማች በሽታን ለመከላከል አላማ በየትኛውም የህግ አስፈጻሚ ኦፊሰር በወሰን ክልሉ ውስጥ ተፈጻሚ ሊደረግ ይችላል (የካሊፎርንያ አስተዳደር ደንብ ክፍል 26602 እና 41601፣ እና የካሊፎርንያ የጤናና ደህንነት ደንብ ክፍል 101029)።

ትዕዛዙ ተሰጥቷል።

Wilma J. Wooten, M.D.

ቀን: የካቲት 12, 2021 ዓ.ም

ዊልማ ጄ. ዉተን/ Wilma J. Wooten, M.D., M.P.H.
የማህበረሰብ ጤና መኮንን
የሳን ዲዬጎ ካውንቲ