

## مرض (COVID-19): فهم الحجر الصحي والعزل

يقدم هذا الجدول ملخصاً للحجر الصحي والعزل بسبب مرض (COVID-19). انظر أدناه للاطلاع على مزيد من المعلومات.

العزل	الحجر الصحي	ماذا يعني ذلك؟
البقاء في المنزل ومراقبة صحتك والانفصال بأمان عن الآخرين عندما تكون مصاباً بمرض (COVID-19) أو لديك أعراض مرض (COVID-19).	البقاء في المنزل ومراقبة صحتك والانعزال عن الآخرين بأمان بعد تعرضك مؤخراً لشخص مصاب بمرض (COVID-19).	ماذا يعني ذلك؟
الأشخاص الذين تم التأكد من إصابتهم بمرض (COVID-19) (نتيجة اختبار التشخيص الإيجابي الأخير) أو لديهم <u>أعراض</u> مرض (COVID-19).	الأشخاص المخالطين لشخص مصاب بمرض (COVID-19).	من يحتاج إلى القيام بذلك؟
يمكن أن يمنع البقاء في المنزل نشر مرض (COVID-19) للآخرين. يمكنك نشر مرض (COVID-19) حتى لو لم تكن لديك أعراض.	إذا كنت بالقرب من شخص مصاب بمرض (COVID-19)، فمن المرجح أنك ستصاب بالمرض. البقاء في المنزل يمكن أن يمنع الانتشار للآخرين. يمكنك الإصابة بمرض (COVID-19) ونشره حتى لو لم تكن لديك أعراض.	لماذا يتعين علي القيام بذلك؟
في المنزل، أو في مرفق للرعاية الصحية أو في <u>أحد فنادق Take Care</u> المجانية.	في المنزل أو في <u>أحد فنادق Take Care</u> المجانية.	أين يجب أن أبقى؟
إذا كانت لديك أعراض ولم يتم اختبارك، <u>احصل على الاختبار</u> في الحال. ابق منعزلاً أثناء انتظارك لنتائج الاختبار.	نعم. يجب أن <u>تحصل على الاختبار</u> إذا لم تكن قد حصلت على اللقاح بالكامل ضد مرض (COVID-19) ..	هل يجب علي الخضوع لاختبار مرض (COVID-19)؟
نعم. يجب عليك القيام بقياس درجة حرارتك مرتين يوميًا ومراقبة الأعراض الأخرى. اتصل بمقدم الرعاية الصحية الخاص بك لإخباره بنتيجة الاختبار الإيجابية التي حصلت عليها أو الأعراض الإيجابية الخاصة بك ومناقشة خيارات العلاج (انظر أدناه). <u>اذهب إلى المستشفى أو اتصل برقم 911</u> إذا كنت تعاني من صعوبة في التنفس أو حالة طبية طارئة أخرى.	يجب عليك القيام بقياس درجة حرارتك مرتين يوميًا ومراقبة الأعراض الأخرى. اتصل بمقدم الرعاية الصحية الخاص بك إذا كانت لديك أعراض، أو إذا كنت من كبار السن، أو تعاني من ظروف صحية تزيد من <u>خطر إصابتك بالأعراض الشديدة لمرض (COVID-19)</u> . <u>اذهب إلى المستشفى أو اتصل برقم 911</u> إذا كنت تعاني من صعوبة في التنفس أو حالة طبية طارئة أخرى.	هل يجب علي الحصول على رعاية طبية؟
تجنب الاتصال قدر الإمكان. ابق دائمًا على بعد 6 أقدام على الأقل من الآخرين، وارزد غطاءً للوجه عندما لا تكون بمفردك في الغرفة، ونظف منزلك وعقمه كثيرًا (انظر أدناه للاطلاع على التفاصيل).	تجنب الاتصال قدر الإمكان. ابق دائمًا على بعد 6 أقدام على الأقل من الآخرين، وارزد غطاءً للوجه عندما لا تكون بمفردك في الغرفة، ونظف منزلك وعقمه كثيرًا (انظر أدناه للاطلاع على التفاصيل).	كيف أحمي أفراد الأسرة الآخرين؟
لا (التعلم عن بُعد فقط).	لا (التعلم عن بُعد فقط).	هل يمكنني الذهاب إلى المدرسة؟
لا.	لا، باستثناء بعض العمال الأساسيين الذين قد يتمكنون من الذهاب إلى العمل (انظر أدناه للاطلاع على التفاصيل).	هل يمكنني الذهاب إلى العمل؟
ستكون بحاجة إلى العزل إذا ظهرت عليك أعراض مرض (COVID-19) أو إذا كانت نتيجة اختبار مرض (COVID-19) إيجابية، حتى لو كنت قد حصلت على اللقاح بالكامل.	لن تحتاج إلى الحجر الصحي إذا حصلت على اللقاح بالكامل.	ماذا لو كنت قد حصلت على اللقاح؟
للحصول على الرعاية الطبية الأساسية (بما في ذلك الاختبار) والاحتياجات الأساسية، مثل البقالة، إذا لم يكن لديك طريقة أخرى للحصول عليها (انظر أدناه لمعرفة الاحتياطات التي اتخذها)	للحصول على الرعاية الطبية الأساسية (بما في ذلك الاختبار) والاحتياجات الأساسية، مثل البقالة، إذا لم يكن لديك طريقة أخرى للحصول عليها (انظر أدناه لمعرفة الاحتياطات التي يجب عليك اتخاذها)	ما هي الأماكن المسموح لي بالذهاب إليها؟
لمدة 10 أيام على الأقل من بداية ظهور الأعراض عليك أو، إذا لم تكن لديك أعراض، 10 أيام من وقت الاختبار (انظر أدناه لمعرفة معايير العزل الكاملة).	بعد 10 أيام من آخر مخالطة مع شخص كان مصاباً بمرض (COVID-19).	إلى متى؟

### الأسئلة الشائعة: الحجر الصحي

## ما هو تعريف المخالط؟

المخالط هو الشخص الذي كان على بعد 6 أقدام/ حوالي مترين لمدة 10 دقائق على الأقل خلال فترة 24 ساعة من شخص مصاب بمرض (COVID-19). في معظم الحالات، يكون جميع الأشخاص الذين يعيشون مع شخص مصاب بمرض (COVID-19) مخالطين. قد يشمل المخالطون أيضاً مساعدي الصحة المنزلية أو زملاء العمل أو زملاء الدراسة أو الأصدقاء أو العائلات التي قضيت وقتاً معها.

## كيف يمكنني معرفة تاريخ انتهاء الحجر الصحي الخاص بي؟

إذا كنت مخالطاً، فيجب عليك الخضوع للحجر الصحي لمدة 10 أيام من آخر اتصال وثيق لك بالشخص المصاب بمرض (COVID-19). قد يطلب منك صاحب العمل البقاء بعيداً عن العمل لفترة زمنية مختلفة بناءً على متطلبات ولاية نيويورك (NYS) الخاصة بصناعات معينة. إذا ظهرت عليك أعراض مرض (COVID-19) أو كانت نتيجة اختبارك إيجابية أثناء وجودك في الحجر الصحي، فأنت بحاجة للخضوع للاختبار والبدء بالعزل.

## إذا كانت نتيجة اختباري لمرض (COVID-19) سلبية، فهل يمكنني إنهاء الحجر الصحي مبكراً؟

لا، لا يمكنك إنهاء الحجر الصحي مبكراً بنتيجة اختبار سلبية. من الممكن أن تكون نتيجة اختبارك سلبية لأنك لم تُعَمِّد بتطوير الإصابة بمرض (COVID-19) في وقت الاختبار. قد يستغرق الأمر عدة أيام لتطوير الإصابة بمرض (COVID-19) من وقت التعرض.

## إذا حصلت على لقاح مرض (COVID-19) وخالطت شخصاً مصاباً بمرض (COVID-19) فهل سأبقى بحاجة إلى الحجر الصحي؟

لا يحتاج الأشخاص الملقحين بالكامل ضد مرض (COVID-19) بالكامل والذين يخالطون أشخاصاً مصابين بمرض (COVID-19) لا يحتاجون إلى الحجر الصحي بشرط ألا تظهر عليهم أعراض مرض (COVID-19) بعد مخالطتهم. **التطعيم الكامل** يعني أسبوعين بعد تلقي جرعتهم الثانية من لقاح من جرعتين (مثل لقاح فايزر بيونتك أو موديرنا) أو أسبوعين بعد تلقي لقاح من جرعة واحدة (مثل لقاح جونسون وجونسون/جانسن).

## إذا كانت نتيجة اختبار الأجسام المضادة إيجابية، فهل ما زلت بحاجة إلى الحجر الصحي إذا كنت مخالطاً؟

نعم. في NYS، يبقى الحجر الصحي مطلوباً حتى إذا كانت نتيجة اختبارك للأجسام المضادة إيجابية.

## إذا كنت قد أصبت بمرض (COVID-19) سابقاً، فهل ما زلت بحاجة إلى الخضوع للحجر الصحي؟

لا يحتاج الأشخاص الذين أصيبوا بمرض (COVID-19) خلال الأشهر الثلاثة الماضية (اختبار تشخيص إيجابي) وتعافوا، وخالطوا شخصاً مصاباً بمرض (COVID-19) إلى الخضوع للحجر الصحي أو إعادة الخضوع لاختبار مرض (COVID-19) لمدة ثلاثة أشهر بعد مرضهم، طالما لم تظهر عليهم أعراض مرض (COVID-19) بعد مخالطتهم. يتم احتساب مدة الثلاثة أشهر من تاريخ ظهور أعراض مرض (COVID-19) على الشخص لأول مرة، أو تاريخ أول اختبار تشخيصي إيجابي إذا لم تظهر عليه أعراض. إذا مر أكثر من ثلاثة أشهر منذ إصابة الشخص بمرض (COVID-19)، فلا ينطبق هذا الاستثناء، ويجب على الشخص اتباع متطلبات الحجر الصحي العادية.

## من الذي يجب عليه الخضوع للحجر الصحي بسبب السفر؟

لم يعد الحجر الصحي بعد السفر مطلوباً في NYS؛ ومع ذلك، لا يزال يوصى بإجراء اختبارات ما بعد السفر والحجر الصحي لبعض المسافرين. قد يكون الحجر الصحي مطلوباً في بعض الأماكن، مثل مرافق السكن الجماعي. هناك قواعد أكثر صرامة لبعض الموظفين مثل العاملين في مجال الرعاية الصحية للعودة إلى العمل بعد السفر. للمزيد من المعلومات، يرجى زيارة موقع تحذيرات السفر في NYS على [coronavirus.health.ny.gov/covid-19-travel-advisory](https://coronavirus.health.ny.gov/covid-19-travel-advisory).

## من يمكنه الذهاب إلى العمل أثناء الخضوع للحجر الصحي؟

يمكن للمخالطين الذين هم من العاملين الأساسيين، كما تم تعريفهم من قبل ولاية نيويورك (NYS)، الذهاب إلى العمل أثناء خضوعهم للحجر الصحي في ظل ظروف محدودة. إذا كنت تعتقد أن هذا ينطبق عليك، فتواصل مع صاحب العمل حيث توجد خطوات محددة يجب عليه اتباعها. يجب على الأشخاص المسموح لهم بالعمل أثناء الحجر الصحي اتباع متطلبات إضافية مثل ارتداء غطاء الوجه في جميع الأوقات أثناء العمل والخضوع للحجر الصحي عندما يكونون خارج أوقات العمل.

أبلغ أحد شخص في منزلي بالخضوع للحجر الصحي بسبب مخالطته خارج المنزل (مثل المدرسة أو العمل). فهل هذا يعني أنني مضطر إلى الخضوع للحجر الصحي أيضاً؟

لا. بصفتك مخالط لشخص مخالط، فأنت لا تحتاج إلى الخضوع للحجر الصحي. يجب عليك مراقبة الأعراض عن كثب وتجنب الاتصال الوثيق مع الشخص الذي يخضع للحجر الصحي، حيث من المحتمل أن يكون مصاباً بمرض (COVID-19) وهو ليس على علم بذلك. إذا أصيب الشخص في منزلك بمرض (COVID-19)، فمن المحتمل أن تكون مخالطاً وتحتاج إلى الخضوع للحجر الصحي.

### الأسئلة الشائعة: العزل

كيف يمكنني معرفة تاريخ انتهاء فترة العزل الخاصة بي؟

إذا كانت لديك أعراض مرض (COVID-19) وإما أنه قد ثبتت إصابتك بمرض (COVID-19) أو لم اخضع للاختبار، فيمكنك مغادرة منزلك عندما يكون كل ما يلي صحيحاً:

- مرت عليك عشرة أيام على الأقل منذ بدء ظهور الأعراض.
- لم تصب بالحمى خلال آخر 24 ساعة دون استخدام الأدوية الخافضة للحرارة.
- قد تحسنت حالتك المرضية بشكل عام.

إذا لم تظهر عليك الأعراض مطلقاً ولكن كانت نتيجة اختبارك إيجابية، فابق في المنزل لمدة 10 أيام من تاريخ الاختبار.

قد يوصي مقدم الرعاية الصحية الخاص بك بفترة أطول من العزل بسبب الظروف الصحية القائمة أو بناءً على مسار حالتك المرضية. أيضاً، قد يطلب منك صاحب العمل البقاء بعيداً عن العمل لفترة زمنية مختلفة بناءً على متطلبات ولاية نيويورك (NYS) الخاصة بمجالات معينة.

انت تعتبر غير معدٍ في نهاية فترة العزل. لا تحتاج إلى إظهار نتيجة اختبار سلبية لإنهاء العزل. من الممكن أن تصاب بمرض (COVID-19) مرة أخرى، لذا من المهم الاستمرار في الالتزام بالتباعد الجسدي، وارتداء غطاء الوجه، وممارسة النظافة الصحية لليدين عندما تكون خارج منزلك.

إذا كانت نتيجة اختباري لمرض (COVID-19) سلبية، فهل مازلت بحاجة إلى العزل؟

إذا كانت لديك أعراض، فيجب عليك أن تعزل نفسك في المنزل أثناء انتظار نتيجة الاختبار. إذا أكدت نتيجة الاختبار أنك مصاب بمرض (COVID-19)، فيجب عليك إكمال فترة العزل الكاملة الموضحة أعلاه. إذا لم يتم التأكد بعد من إصابتك بمرض (COVID-19) وكانت نتيجة اختبارك سلبية من خلال اختبار تشخيصي جزيئي، فيمكنك التوقف عن العزل إذا لم تكن قد أصبت بالحمى خلال الـ 24 ساعة الماضية دون استخدام الأدوية الخافضة للحرارة. إذا كانت نتيجة اختبارك سلبية من خلال اختبار المستضد أو اختبار الأجسام المضادة، فيجب عليك الاستمرار في العزل.

لمعرفة المزيد حول الأنواع المختلفة لاختبارات مرض (COVID-19)، انظر [اختبارات مرض \(COVID-19\): أسئلة شائعة](#). إذا لم تكن متأكدًا من نوع الاختبار الذي أجرته، فاستشر مقدم الرعاية الصحية الخاص بك.

إذا كنت قد أصبت من قبل بمرض (COVID-19) وكانت نتيجة اختباري إيجابية مرة أخرى، فهل ما زلت بحاجة إلى العزل؟

إذا تم تأكيد إصابتك بمرض (COVID-19) (اختبار تشخيصي إيجابي) خلال الثلاثة أشهر الماضية، فلن تحتاج إلى العزل مرة أخرى إذا بقيت بدون أعراض ولكن كانت نتيجة اختبارك لمرض (COVID-19) إيجابية مرة أخرى. هذا لأن العديد من الأشخاص الذين أصيبوا بمرض (COVID-19) كانت نتيجة اختبارهم إيجابية لأسابيع أو حتى أشهر بعد الإصابة، لكنهم لم يعودوا معديين. ومع ذلك، إذا ظهرت عليك أعراض بعد التعافي من مرض (COVID-19)، فيجب عليك الاتصال بمقدم الرعاية الصحية الخاص بك. من الممكن الإصابة بمرض (COVID-19) مرة أخرى.

إذا كنت قد تلقيت التطعيم ضد مرض (COVID-19)، فهل ما زلت بحاجة إلى العزل؟

نعم. إذا كانت لديك أعراض مرض (COVID-19)، يجب عليك إجراء الاختبارات التشخيصية والخضوع للعزل.

هل يجب عليّ السعي للحصول على رعاية صحية إذا ظهرت عليّ أعراض أو كانت نتيجة فحصي إيجابية لمرض (COVID-19)؟  
يجب عليك الاتصال مع مقدم الرعاية الأولية الخاص بك لإبلاغه بأن لديك أعراض أو أن نتيجة اختبارك إيجابية. هذا الأمر مهماً للغاية إذا كنت من كبار السن، أو حامل، أو تعاني من ظروف صحية تزيد من خطر إصابتك بالأعراض المرضية الشديدة لمرض (COVID-19). استخدم الهاتف أو التطبيب عن بُعد عندما يكون ذلك ممكناً. إذا كنت تعاني من صعوبة في التنفس أو حالة طبية طارئة أخرى، فاتصل بالرقم 911 أو توجه إلى مستشفى قريب.

قد يكون الأشخاص الأكثر عرضةً لخطر الإصابة بمرض (COVID-19) والذين تكون نتيجة اختبارهم لمرض (COVID-19) إيجابية مؤهلين للعلاج باستخدام الأجسام المضادة أحادية النسيلة. ويمكن أن يقلل العلاج باستخدام الأجسام أحادية النسيلة من مقدار الفيروسات في جسمك ويقلل من الأعراض ويساعد على تجنب الذهاب إلى المستشفى. ويكون أكثر فعاليةً عند تلقيه مباشرةً بعد بداية أعراض مرض (COVID-19) وبالتالي فإن من المهم الخضوع للاختبار وتلقي الرعاية الطبية على الفور. لمزيد من المعلومات، بما في ذلك البحث عن مكان للحصول على العلاج، انظر "[Monoclonal Antibody Treatment for COVID-19](#)" (علاج الأجسام المضادة أحادية النسيلة لمرض (COVID-19)).

ماذا لو لم يكن عندي مقدم رعاية صحية أو تأمين صحي؟  
إذا كنت بحاجة إلى مقدم للرعاية الصحية، فإن مرافق NYC Health + Hospitals ترحب بجميع سكان مدينة نيويورك، بغض النظر عن حالة الهجرة أو حالة التأمين أو القدرة على الدفع. فمُ بزيارة [nychealthandhospitals.org](#) لمزيد من المعلومات وللبحث عن مقدم رعاية صحية، أو اتصل بالرقم 844-692-4692 أو 311. تقدم العديد من منشآت Health + Hospitals في NYC لمرضى العيادات الخارجية العلاج باستخدام الأجسام المضادة أحادية النسيلة.

### كيفية القيام بالحجر الصحي والعزل بأمان

كيف أراقب صحتي أثناء الحجر الصحي أو العزل؟  
يجب عليك قياس درجة حرارتك مرتين يوميًا ومراقبة الأعراض مثل ضيق التنفس والسعال وفقدان حاسة الشم أو التذوق. إذا كان لديك مقياساً للأكسجين بطرف الإصبع (مقياس التأكسد النبضي)، يمكنك استخدامه أيضاً (انظر [هنا](#) للاطلاع على الإرشادات). يجب عليك الخضوع لاختبار مرض (COVID-19) إذا لم تكن خضعت للاختبار بالفعل.

اتصل بمقدم الرعاية الصحية الخاص بك إذا ظهرت عليك أعراض أو إذا ساءت أعراضك. إذا كانت حالة طبية طارئة فاتصل على الرقم 911 أو توجه إلى مستشفى قريب.

ما الذي يمكنني القيام به لحماية الآخرين في منزلي خلال فترة الحجر الصحي أو العزل؟

- **قُم بخلق مسافة مادية.** ابق على بُعد مسافة 6 أقدام/ حوالي مترين على الأقل من الآخرين. ابق في غرفة منفصلة إذا أمكن. قُم بالنوم في وضع عكسي إذا كنت تشارك الفراش مع شخص آخر، أو ليقيم أحدكما بالنوم على الأريكة. انقل المقاعد وقطع الأثاث الأخرى للحفاظ على المسافة المادية. ابق الأشخاص المرضى منفصلين عن غيرهم، خاصة المعرضين لخطر الإصابة بالأعراض الخطيرة للمرض. لا تسمح للزوار بالحضور إلى منزلك.
- **مارس التغطية.** ارتدِ غطاءً للوجه في جميع الأوقات إلا إذا كنت بمفردك في غرفة منفصلة؛ يجب عليك أيضاً ارتداء غطاءً للوجه عندما تكون بالقرب من الحيوانات الأليفة. يجب على أفراد الأسرة الآخرين أيضاً ارتداء غطاء للوجه عندما يكونون في نفس الغرفة التي تتواجد فيها.
- **حافظ على النظافة.** قُم برمي المناديل في صندوق القمامة مباشرة بعد الاستخدام. اغسل يديك باستمرار بالصابون والماء لمدة 20 ثانية، خاصة بعد السعال أو العطاس. استخدم معقم اليدين المحتوي على الكحول إذا كنت غير قادر على غسل يديك. قُم بتنظيف الأسطح التي تلمسها بشكل متكرر، مثل الطاولات ومقابض الأبواب ومفاتيح الإضاءة ومقابض الصنابير والهواتف وأجهزة التحكم عن بُعد، باستخدام منظف بخاخ منزلي أو مناديل التنظيف المنزلية. اغسل المناشف وملاءات الفراش والملابس في الإعداد الذي يستخدم أعلى درجة حرارة ممكنة باستخدام منظف الغسيل المعتاد الخاص بك وجففها تماماً. لا تشارك الكؤوس أو الأكواب أو الأطباق أو الأواني مع الآخرين و اغسلها بعد كل استخدام. لا تشارك الطعام.
- **ابق في أحد فنادق Take Care.** سوف تقوم NYC Test & Trace Corps بالتأكد من أن أي شخص ثبتت إصابته بمرض (COVID-19) والمخالطين له سيكون لديهم الموارد اللازمة للعزل بأمان في فندق مجاني، أو في المنزل للمساعدة

في منع انتشار الفيروس. مقتفو أثر المخالطين التابعين لهيئة NYC Test & Trace Corps يمكنهم الإحالة إلى برنامج الإقامة الفندقية أو يمكن لأي شخص الاتصال برقم الهاتف 212-268-4319 لحجز غرفة. لمزيد من المعلومات حول فنادق Take Care، يرجى زيارة [nychealthandhospitals.org/test-and-trace/take-care](https://www.nychealthandhospitals.org/test-and-trace/take-care).

ماذا لو اضطررت إلى مغادرة المنزل وأنا في العزل أو في الحجر الصحي للحصول على الرعاية الطبية الأساسية أو لشراء مستلزمات؟

إذا كنت بحاجة إلى مغادرة المنزل:

- ارتدِ غطاء الوجه وابقَ على بُعد مسافة 6 أقدام على الأقل من الآخرين.
- اغسل يديك بالصابون والماء قبل الخروج، واستخدم معقم اليدين المحتوي على الكحول أثناء وجودك بالخارج.
- تجنب الآخرين قدر الإمكان — تنقل مشياً على الأقدام إذا استطعت ولا تدخل متاجر أو وسائل نقل مزدحمة.

هل يمكنني الحصول على إجازة مدفوعة الأجر من العمل للخضوع للحجر الصحي أو العزل؟

اتصل بصاحب العمل لطرح الأسئلة المتعلقة بسياسة الإجازات الخاصة به. قد تكون مؤهلاً للحصول على إجازة مدفوعة الأجر بموجب قانون الإجازات العائلية المدفوعة في NYS، والذي ينطبق على العزل والحجر الصحي، بما في ذلك البقاء في المنزل لرعاية طفل قاصر يتعين عليه الخضوع للعزل أو الحجر الصحي. يرجى زيارة الرابط [payfamilyleave.ny.gov/covid19](https://www.payfamilyleave.ny.gov/covid19) للاطلاع على مزيد من المعلومات.

موارد إضافية:

- للاطلاع على مزيد من المعلومات حول مرض (COVID-19)، يرجى زيارة الرابط [nyc.gov/health/coronavirus](https://www.nyc.gov/health/coronavirus) و [cdc.gov/coronavirus](https://www.cdc.gov/coronavirus).
- لمزيد من المعلومات عن الحصول على لقاح مرض (COVID-19)، تفضل بزيارة [nyc.gov/covidvaccine](https://www.nyc.gov/covidvaccine).
- للعثور على موقع للاختبار، يرجى زيارة [nyc.gov/covidtest](https://www.nyc.gov/covidtest). تقدم العديد من المواقع اختباراً مجانياً.
- للبحث عن مقدم للرعاية الصحية، اتصل برقم الهاتف 844-692-4692.
- للحجز بفندق العزل الخاص بمرض (COVID-19)، فُج بزيارة رابط برنامج [Take Care](https://www.nyc.gov/take-care) أو اتصل برقم الهاتف 212-268-4319.
- إذا كانت لديك أسئلة، اتصل بالرقم 311 أو 212-268-4319.

4.21.21

قد تقوم إدارة الصحة في NYC بتغيير التوصيات مع تطور الموقف.