

COVID-19: راهنمای کلی برای رانندگان ماشین های مسافری

این مطلب راهنمایی های کلی و اقدامات احتیاطی ایمنی را ارائه می دهد تا به رانندگان ماشین های مسافری غیراورژانس کمک کند از خود و مسافران شان محافظت کرده و به کاهش سرعت انتشار COVID-19 کمک کنند. بیمانکاران مراکز پزشکی که خدمات حمل و نقل برای بیماران ارائه می کنند باید سیاست های شرکت خود را دنبال نمایند.

این چهار اقدام اساسی را برای جلوگیری از انتقال COVID-19 به خاطر نگه دارید:

- اگر بیمار هستید در خانه بمانید.

- به طور دقیق بر وضعیت سلامت خود از نظر علائم COVID-19 نظارت داشته باشید، مانند سرفه، تنگی نفس یا سختی در تنفس، تب، لرز، درد عضلانی، گلودرد یا از دست دادن حس چشایی و بویایی به تازگی. این لیست شامل تمام موارد نیست. سایر علائم کمتر شایع نیز گزارش شده اند، از جمله علائم گوارشی مانند حالت تهوع، استفراغ یا اسهال. بزرگسالان مسن تر ممکن است علائمی مانند سردرگمی یا عدم آگاهی از موقعیت را نشان دهند یا زمین بخورند.
- بدون پرداخت هیچگونه هزینه ای، آزمایش COVID-19 بدهید. برای یافتن یک مرکز آزمایش، به صفحه nyc.gov/covidtest مراجعه کنید.
- اگر به COVID-19 مبتلا بوده اید یا ممکن است به آن مبتلا باشید، باید در خانه بمانید تا اینکه تمام شرایط زیر را داشته باشید:
 - حداقل 14 روز از شروع ظهور علائم شما گذشته باشد، یا اگر علائمی بروز نکرد، 14 روز پس از اولین نتیجه مثبت آزمایش شما.
 - حداقل طی سه روز گذشته، بدون استفاده از داروهای تب بر مانند تایلنول یا ایبوپروفن تب نداشته اید.
 - وضعیت کلی سلامت شما بهبود یافته است.
- بعضی از کارکنان و شاغلان که به COVID-19 مبتلا بوده یا ممکن است مبتلا بوده باشند، بر اساس الزامات ایالت نیویورک (NYS) باید مدت زمان بیشتری برای بازگشت به کار صبر کنند.

• فاصله گذاری فیزیکی را رعایت کنید.

- هر وقت ممکن بود، حداقل 6 فوت از دیگران فاصله بگیرید.
- برای ایجاد فاصله گذاری فیزیکی از مسافران درخواست کنید در صندلی عقب بنشینند. اگر ماشین شما پارک تیشن دارد، پیش از سوار کردن مسافران پارک تیشن را ببندید. اگر ماشین شما فاقد پارک تیشن است، فکر خوبی است که یک مانع پلاستیکی شفاف بین دو قسمت جلو و عقب ماشین نصب کنید. این مانع نباید دید آینه عقب را مختل سازد. رانندگان ماشین هایی که مجوز خود را از Taxi and Limousine Commission (کمیسون صنف تاکسی و لیموزین) (TLC) دریافت کرده اند باید راهنمایی های TLC را در مورد نصب پارک تیشن رعایت نمایند.
- فقط مسافرانی را جابجا کنید که از یک گروه باشند. سفرهای گروهی (که با عنوان سفرهای «اشترکی» یا «چندگروهی» شناخته می شوند) ممنوع می باشند (به استثنای ماشین های حمل و نقل معلولین).
- از مجرای تهویه ماشین برای وارد کردن هوای تازه بیرون به داخل ماشین استفاده کرده و/یا پنجره ها را پایین بکشید. از گزینه گردش مجدد هوا استفاده نکنید.

• از پوشش صورت استفاده کنید.

- از پوشش صورت استفاده کنید. حکم اجرایی 202.18 ایالت نیویورک، رانندگان را ملزم می کند تا موقع جا به جایی مسافران، از پوشش صورت استفاده کنند. همه مسافرانی که بیش از دو سال سن دارند و از نظر پزشکی می توانند تحمل کنند نیز باید از پوشش صورت استفاده کنند. برای کسب اطلاعات بیشتر در مورد پوشش صورت، به nyc.gov/health/coronavirus مراجعه کنید و مطلب «[FAQ About Face Coverings](#)» را ببینید.

• بهداشت شخصی را رعایت کنید.

- دست ها را زود به زود و حداقل به مدت 20 ثانیه با آب و صابون بشویید، علی الخصوص بعد از دست زدن به پول یا کیف مسافران، استفاده از سرویس بهداشتی، گرفتن بینی خود، سرفه یا عطسه. اگر آب و صابون در دسترس نباشد، باید از ضد عفونی کننده الکلی دست استفاده کنید.
- در هنگام عطسه یا سرفه کردن، دهان و بینی خود را با دستمال کاغذی یا بازوی خود بپوشانید؛ از دست خود برای

این کار استفاده نکنید.

- برای مسافران در ماشین خود دستمال و مواد ضدعفونی کننده فراهم کنید.
- سعی کنید از شیوه های پرداخت غیرتماسی استفاده کنید. استفاده از پول نقد و کارتهای اعتباری را به حداقل برسانید.
- از لمس کردن چشم، بینی و دهان با دست های نشسته خودداری کنید.
- از دست دادن یا دادن بطری آب، آدامس یا اقلام دیگر به مسافران خودداری کنید.

● ماشین خود را بطور مرتب تمیز و ضدعفونی کنید.

- به سطوح و اجسامی مانند دستگیره در، دکمه های پنجره، قفل ها، دستگاه های پرداخت، تکیه گاه بازو، سنگ ها و کمربندهای ایمنیت وجه ویژه داشته باشید که اغلب توسط مسافران لمس می شوند. سطوحی مانند فرمان، دکمه های رادیو، راهنماها و نگهدارنده های فنجان که خودتان مرتب آنها را لمس می کنید، تمیز کنید.
- ابتدا آلودگی ها و کثیفی های مشهود را پاک کنید. سپس از محصولات ضدعفونی کننده مناسب برای سطوح که قادر به از بین بردن اکثر میکروب ها باشد استفاده کنید (بعنوان مثال مایع سفیدکننده، پراکسید یا محصولات چندمنظوره الکلی). مواد ضدعفونی کننده روی سطوح تمیز بیشتری اثر را دارند. دستورات روی برچسب محصولات پاک کننده و ضدعفونی کننده را بخوانید و به آنها عمل کنید.
- هنگام تمیز و ضدعفونی کردن باید از دستکش یکبار مصرف و سایر وسایل محافظتی مناسب استفاده کنید. دستکش ها را بعد از استفاده در سطل زباله انداخته و دست های خود را با آب و صابون بشویید یا اگر آب و صابون در دسترس نبود، از مواد ضدعفونی کننده الکلی استفاده کنید.
- هنگام تمیز و ضدعفونی کردن باید درهای ماشین را باز بگذارید.
- پیش از اینکه مسافری را بپذیرید، صبر کنید تا تمام سطوح خشک شوند.
- برای کسب اطلاعات بیشتر درباره تمیز و ضدعفونی کردن به وبسایت [nyc.gov/health/coronavirus](https://www.nyc.gov/health/coronavirus) مراجعه کرده و بخش [«General Guidance for Cleaning and Disinfection for Non-Health Care Settings»](#) (راهنمای عمومی تمیز کردن و ضدعفونی کردن برای محیط های غیردرمانی) در صفحه [«Guidance for Businesses»](#) (راهنمای کسب و کارها) را جستجو کنید.

بین حقیقت و ترس تفکیک قائل شوید و در برابر ننگ اجتماعی محافظت کنید

- شیوع این بیماری نباید بهانه ای برای نژادپرستی و تبعیض باشد. تبعیض قائل شدن علیه مسافران یا مسافران احتمالی بر پایه نژاد، اصلیت ملی یا سایر مشخصات هویتی خلاف قانون است.
- اگر به دلیل نژاد، اصلیت ملی یا سایر مشخصات هویتی خود مورد آزار و اذیت یا تبعیض قرار گرفته اید، با کمیسیون حقوق بشر شهر نیویورک (NYC) از طریق شماره تلفن 311 تماس گرفته و عبارت «Human Rights» (حقوق بشر) را بیان کنید و یا به سایت [nyc.gov/cchr](https://www.nyc.gov/cchr) رفته و روی «Report Discrimination» (گزارش تبعیض) کلیک کنید.

از خود و خانواده خود مراقبت کنید

- آرشیو برنامه های کاربردی در [nyc.gov/nycwell](https://www.nyc.gov/nycwell): ابزارهای آنلاین سلامتی و رفاه احساسی.
- NYC Well: پشتیبانی رایگان سلامت روانی، قابل دسترس بطور 24 ساعته / 7 روز هفته برای مشاوره های کوتاه و ارجاعات.
- با شماره 888-692-9355 تماس بگیرید یا به صورت آنلاین در وب سایت [nyc.gov/nycwell](https://www.nyc.gov/nycwell) چت کنید.
- تلفن امداد پشتیبانی احساسی COVID-19 شهر نیویورک (NYC): کارشناسان آموزش دیده که برای شنیدن حرف های شما، پشتیبانی و ارجاع به خدمات مراقبتی در صورت نیاز آموزش دیده اند. بین ساعت 8 صبح و 10 شب، هر روزی از هفته 844-863-9314 تماس بگیرید.
- اداره بهداشت + بیمارستان های شهر نیویورک (NYC Health + Hospitals): خدمات برای همه ساکنان نیویورک، صرف نظر از وضعیت مهاجرت توانایی پرداخت. با شماره 844-692-4692 یا 311 تماس بگیرید.

در جریان اخبار باشید

- برای کسب اطلاعات درباره COVID-19 به صفحه [nyc.gov/health/coronavirus](https://www.nyc.gov/health/coronavirus) مراجعه نمایید.

- برای مسافران در صندلی عقب اطلاعات را نصب کنید. برای دریافت پوسترها و بروشورها به [nyc.gov/health/coronavirus](https://www.nyc.gov/health/coronavirus) مراجعه نمایید.
- برای راهنمایی تکمیلی درباره بازگشایی شهر نیویورک به [nyc.gov/health/coronavirus](https://www.nyc.gov/health/coronavirus) رفته و از بخش «[Guidance for Businesses](#)» (راهنمای کسب و کارها) دیدن کنید.

6.29.20

اداره بهداشت شهر نیویورک ممکن است در صورت تغییر و تحول اوضاع، توصیه ها را تغییر دهد.