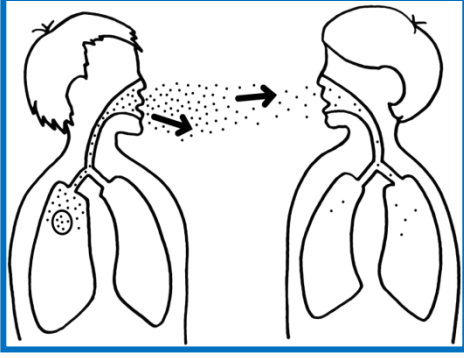


## العزل المنزلي بسبب مرض السل (TB)



أنت مصاب بمرض السل النشط بالرئتين أو الحلق. يمكن أن تتسبب في نشر جرثومة السل عبر الهواء للأشخاص الآخرين عندما تسعل أو تعطس أو تتحدث أو تضحك أو تغني.

لا ينتشر مرض السل عبر مشاركة المعالق أو الشوك أو الأطباق أو الكؤوس، أو الملابس أو أفرشة الأسرة أو الأثاث أو المراحيض أو المصافحة بالأيدي.

### العزل المنزلي

لقد أوصت ممرضة الرعاية الصحية العامة بأن تبقى في المنزل أثناء قابلية نقلك للعدوى. وهذا يسمى بالعزل المنزلي. العزل المنزلي مهم جدًا لإيقاف انتشار السل وحماية الأشخاص الآخرين. كما أن العزل المنزلي يعطي لجسمك الوقت الكافي لعمل الدواء حتى تنتهي إمكانية نقلك للعدوى.

سوف تقوم ممرضة الصحة العامة بالفحص الدوري للاطلاع على حالتك. سيطلب منك توفير عينات من البصاق لمعرفة شفاؤك من العدوى. عندما تخلو عينية البصاق من جرثومة السل، سوف تخبرك الممرضة بأنه أصبح بإمكانك إيقاف العزل المنزلي والعودة إلى أنشطتك اليومية المعتادة.

### حماية عائلتك والأشخاص الآخرين

- ✓ ابق في المنزل أثناء التواجد في العزل المنزلي، ويجب عدم الذهاب للعمل، أو المدرسة، أو أماكن العبادة.
- ✓ يمكن فقط للأشخاص الذين كانوا يعيشون معك أثناء تشخيص إصابتك بالسل العيش معك أثناء إمكانية نقلك للعدوى.
- ✓ يجب أن ينتظم الأطفال الأقل من 5 سنوات والذي يعيشون معك في تناول الدواء الواقي من السل حتى إجراء فحص الجلد النهائي لمرض السل. فقد لا تكون أجسامهم قوية بما فيه الكفاية لمكافحة جراثيم السل. سيعمل الدواء على حمايتهم من الإصابة بالمرض.
- ✓ افتح النوافذ لديك. سيساعد ذلك في التخلص من جراثيم السل من منزلك.
- ✓ عندما تسعل أو تعطس، قم بتغطية فمك وأنفك بمنديل أو بكم رداك.



Winnipeg Regional Health Authority  
Office régional de la santé de Winnipeg  
Caring for Health À l'écoute de notre santé  
204.940.2274

**TORONTO**  
Public Health

Reprinted with the Permission of Toronto Public Health

✗ لا توجه الدعوة للأخريين لزيارة منزل، ولا تقم بزيارة الأشخاص الأخرين.

✗ لا تذهب للأماكن العامة (على سبيل المثال: العمل، أو المدرسة، أو المكتبات، أو أماكن العبادة، أو البنوك أو المراكز المجتمعية، أو المطاعم، أو المقاهي أو دور السينما، أو متاجر البقالة، والمراكز التجارية).

✗ لا تستخدم وسائل النقل العامة (على سبيل المثال: الحافلات، ومترو الأنفاق، والقطارات، والمطارات، والقوارب).



## نصائح للعزل المنزلي

✓ **يمكنك** البقاء على اتصال مع عائلتك وأصدقائك - حيث يمكنك استخدام الهاتف أو الكمبيوتر للتحدث مع الأشخاص. فذلك سيساعد بقدر كبير على عدم الشعور بالوحدة.

✓ **يمكنك** مطالبة أحد أفراد العائلة أو الأصدقاء بإحضار مستلزمات البقالة أو الوجبات لك.

✓ **يمكنك** الخروج في الشرفة أو الفناء الخلفي أو الخروج لتمشية قصيرة. يشعر الكثير من الأشخاص بتحسن عندما يخرجون من المنزل لفترة قصيرة. عندما تكون بالخارج، لا يجب أن ترتدي قناعاً، لكن احرص على الابتعاد عن الأشخاص الأخرين.

✓ **يمكنك** ارتداء القناع عند مقابلة موفر الرعاية الصحية أو إجراء الفحوصات الخاصة بالسل. إذا استخدمت السيارة الأجرة للذهاب للموعد، يرجى ارتداء القناع وفتح النوافذ. وتذكر عدم استخدام وسائل النقل العامة أثناء إمكانية نقلك للعدوى.

✓ **يمكنك** إعادة ترتيب أية مواعيد أو اجتماعات أخرى لموعد آخر عندما تنتهي إمكانية نقلك للعدوى.

✓ **يمكنك** إخبار سيارة الإسعاف وفريق العمل بغرفة الطوارئ على الفور بأنك مصاب بالسل إذا حدث لك حالة طبية طارئة وتحتاج للذهاب إلى المستشفى.

اسأل ممرضة الصحة العامة أو موظف DOT إذا كنت تحتاج إلى مساعدة في أي مما سبق.

## المدة الزمنية للعزل المنزلي

تختلف المدة الزمنية الخاصة بالعزل المنزلي لكل شخص. سوف تخبرك ممرضة الصحة العامة عندما يكون العزل المنزلي لك غير مطلوب، وأنه أصبح بإمكانك متابعة أنشطتك المعتادة. وبشكل عام، يستند ذلك إلى نتائج عينة البصاق، وتناول دواء السل لمدة أسبوعين أو أكثر، والشعور بالتحسن.

حتى عندما تشعر بالتحسن، من المهم الاستمرار في تناول دواء السل كما هو موضح لك بواسطة مقدم الرعاية الصحية. سيعمل ذلك على قتل الجراثيم ومعالجة مرض السل لديك!

إذا كانت لديك أية أسئلة أو مخاوف حول العزل المنزلي، يرجى التحدث إلى ممرضة الصحة العامة أو موظف DOT.