

## إرشادات حول ارتداء الكمامات خلال فترة انتشار جائحة كوفيد-19

### ملخص التغييرات التي أُجريت بتاريخ 12 سبتمبر 2022

- معلومات إضافية بشأن مستويات الحماية المختلفة التي توفرها الكمامات وأقنعة التنفس
- تم التحديث لتتماشى مع [توصيات Centers for Disease Control and Prevention \(CDC\)](#)، مراكز السيطرة [على الأمراض والوقاية منها](#) بشأن ارتداء الكمامات في المواصلات العامة المغلقة
- تم تحديث التوصيات الخاصة بوقت ارتداء الكمامات في [أماكن التجمُّع غير المتعلقة بالرعاية الصحية](#)
- تم تحديث التوصيات الخاصة بوقت ارتداء الكمامات في [الأماكن العامة](#) المغلقة، بما يتوافق مع مستويات كوفيد-19 التي وضعتها CDC

### مقدمة

عندما ترتدي الكمامة، أو قناع التنفس (أي الكمامات المتخصصة المُرَوِّدة بفلتر، مثل كمامات N95)، فإنك بذلك تساعد على حماية الآخرين من حولك وحماية نفسك أيضًا. إن ارتداء الكمامة أو قناع التنفس يمكن أن يحد من انتشار كوفيد-19، ويحمي الأرواح ويحافظ على إبقاء الأنشطة الاقتصادية مفتوحة. بالإضافة إلى أن الإستراتيجيات المجتمعة، مثل البقاء [مُطْلَعًا على أحدث المستجدات](#) (تتوفر بعض اللغات الأخرى) الخاصة بالتطعيمات وارتداء الكمامات أو أقنعة التنفس، بإمكانها أن تحول دون الإصابة بالمرض الشديد، وتخفيف العبء عن نظام الرعاية الصحية.

يجب أن ترتدي [الكمامة أو قناع التنفس](#) (تتوفر بعض اللغات الإضافية) الأنسب والأعلى جودة لك من المتوفر لديك. عند ارتداء أقنعة التنفس [المعتمدة من قِبل \(NIOSH\) National Institute for Occupational Safety and Health](#)، [المعهد الوطني للسلامة والصحة المهنية](#) (باللغة الإنجليزية فقط) (مثل كمامات KN95 وKF94)، والكمامات الجراحية، وبعد ذلك أقنعة الوجه المصنوعة من القماش. إذا كنت [مُعْرَضًا لخطر الإصابة بفيروس كوفيد-19 بدرجة خطيرة](#)، فاستشر مُقدِّم خدمة الرعاية الصحية الذي تتعامل معه فيما يتعلق بما إذا كان يجب عليك إجراء اختبار ملاءمة لاستخدام أقنعة التنفس المعتمدة من NIOSH، أو ما إذا كان يجب عليك التفكير في خيارات أقنعة التنفس الأخرى التي لا تتطلب اختبار ملاءمة. لمزيد من المعلومات حول اختبارات الملاءمة واختيار الكمامات، تفضَّل بزيارة [صفحة الويب الخاصة بـ Washington State Department of Labor & Industries \(L&I\)](#)، وزارة العمل والصناعات في ولاية واشنطن) فيما يتعلق بارتداء الكمامات [الاختياري](#) (تتوفر بعض اللغات الإضافية).

للحصول على مزيد من المعلومات حول الأنواع المختلفة من الكمامات وأقنعة التنفس، وكيفية تحسين القياس، راجع [أنواع الكمامات وأقنعة التنفس](#) (تتوفر بعض اللغات الإضافية). تحتوي [صفحة الويب](#) (باللغة الإنجليزية فقط) هذه على معلومات حول مدى جودة الأنواع المختلفة من الكمامات وأقنعة التنفس في تصفية الجزيئات، ويشمل ذلك عند إجراء تعديلات لتحسين القياس. يمكن للأشخاص الذين لا يمكنهم ارتداء كمامة بسبب حالات مرضية، أو سلوكية، أو متعلقة بالنمو ارتداء واقٍ للوجه مُزوَّد بساتر. يمكن أن يستخدمها أيضًا الأطفال في دور رعاية الأطفال، ودور الرعاية النهارية، والمدارس من مرحلة رياض الأطفال حتى الصف الثاني عشر، إذا لم تستطع تلك الفئات تحمُّل ارتداء كمامة مثبتة بإحكام على الوجه. ومع ذلك، يجب الاعتراف بأن الواقيات لا توفر نفس مستوى الحماية لمرتديها مثل الكمامة المحكمة جيدًا أو قناع التنفس. راجع إرشادات Washington State Department of Health (WA DOH)، وزارة الصحة في ولاية واشنطن) المتعلقة بارتداء الكمامة في [K-12 Schools](#) (المدارس التي تضم الصفوف من مرحلة رياض الأطفال إلى الصف الثاني عشر)، و [Child Care, Early Learning, Youth Development, and Day Camp](#) (برامج رعاية الأطفال، والتعلُّم المبكر، وتنمية الشباب، ومخيمات الرعاية النهارية) (تتوفر بعض اللغات الإضافية). راجع أيضًا [اعتبارات خاصة بمجموعات معينة من الأشخاص](#) الخاصة بـ CDC (تتوفر بعض اللغات الإضافية). لا توصي DOH باستخدام الكمامات المُرَوِّدة بصمامات أو

فتحات الزفير، أو الكمامات المصنوعة من القماش، أو عصابات وأوشحة (جراميق) العنق المصنوعة من طبقة واحدة من القماش.

لا بأس من استخدام أقنعة التنفس المُوَدَّة بصمامات الزفير في أماكن العمل، وفقًا للإرشادات التي نشرتها [L&I](#) (باللغة الإنجليزية فقط).

يُرجى زيارة [صفحة DOH الإلكترونية عن الكمامات](#) (باللغة الإنجليزية فقط) للتعرف على قائمة بالأسئلة الشائعة عن الكمامات.

طوال بقية هذا المستند، يُستخدم لفظ "الكمامة" للإشارة إلى كلٍ من الكمامات وأقنعة التنفس.

## التكليفات والأوامر الصحية الحالية

تتطلب الأوامر العامة الحالية ارتداء الكمامات في [أماكن الرعاية الصحية](#)، وسجون البالغين، أو أماكن احتجاز البالغين. يجوز أن تشترط سلطات الصحة العامة استخدام الكمامة في مواقف معينة، مثل حالات تفشّي الأمراض.

## أمر Department of Health في ولاية واشنطن

يشترط [أمر وزير الصحة بشأن ارتداء الكمامة](#) (باللغة الإنجليزية فقط) ارتداء الكمامات في بعض الأماكن، بغض النظر عن حالة التطعيم:

- [أماكن الرعاية الصحية](#)
- سجون البالغين وأماكن احتجاز البالغين عندما تكون المقاطعة الموجود فيها المرفق ذات مستوى مرتفع أو متوسط من [قياس CDC لمستويات انتشار كوفيد-19 في المجتمع](#) (يتوفر باللغة الإسبانية)

هناك استثناءات محدودة لهذا الشرط، ويمكن العثور عليها في [الأمر](#) (باللغة الإنجليزية فقط). يُشترط أن يرتدي جميع الموظفين والزوار، بالإضافة إلى اختصاصيي الرعاية الصحية، كمامة عند التواجد داخل [أماكن الرعاية الصحية](#) المغلقة. ويتحمل كل فرد المسؤولية عن الامتثال لذلك، ومع ذلك تتحمل الشركات أيضًا المسؤولية عن فرض تنفيذ هذا الأمر على موظفيها وعملائها.

## مُلغى: أمر فيدرالي

اعتبارًا من 18 أبريل 2022، وبموجب أمر قضائي، لا يُعد قرار CDC الذي يشترط ارتداء الكمامات في المواصلات العامة ومحطات تجمع الركاب ساريًا. ومع ذلك، تظل الكمامات أداة مهمة لإبقاء وسائل النقل والمواصلات العامة أكثر أمانًا للجميع. [وفقًا لـ CDC](#) (تتوفر بعض اللغات الإضافية)، توصي WA DOH العاملين والركاب البالغين من العمر سنتين فأكثر بارتداء الكمامات في جميع أماكن المواصلات العامة المغلقة، بما في ذلك وسائل النقل ومحطات تجمع الركاب. راجع [أماكن المواصلات العامة](#) للحصول على مزيدٍ من المعلومات.

## إعلان حاكم ولاية واشنطن

يتم سرد المعلومات المتعلقة بمسؤوليات الشركات فيما يخص العملاء والموظفين في [Proclamation 20-25.19 COVID-19 Washington Ready](#) (إعلان الحاكم رقم 20-25.19 – واشنطن مستعدة لمواجهة كوفيد-19) (باللغة الإنجليزية فقط) و [Proclamation 21-08 – Safe Workers](#) (إعلان الحاكم رقم 21-08 – سلامة العاملين) (باللغة الإنجليزية فقط).

## Washington State Labor and Industries (L&I) وإعلان الحاكم

على الرغم من أن إعلان الحاكم المذكور أعلاه لا يشترط عمومًا ارتداء الكمامات في أماكن العمل، إلا إنه لا يزال أصحاب العمل ملزمين بالامتثال إلى [الإرشادات والمتطلبات للوقاية من كوفيد-19](#) (باللغة الإنجليزية فقط) الخاصة بـ L&I. بالإضافة إلى ذلك، بإمكان الشركات الخاصة اختيار شرط ارتداء الكمامات، وعلى الزائرين احترام [القواعد السائدة في المكان الذي توجد فيه](#). بموجب [إعلان الحاكم رقم 08-21 - سلامة العاملين \(Proclamation 21-08 – Safe Workers\)](#) (باللغة

الإنجليزية فقط)، يحق للعاملين ارتداء الكمامة في مكان العمل. يحمي [Washington Administrative Code \(WAC\)](#)، القانون الإداري لولاية واشنطن ([WAC 296-62-609](#)) (باللغة الإنجليزية فقط) حق العامل في ارتداء كمامة أثناء حالات الطوارئ الصحية العامة. وبموجب [WAC 296-62-609](#) (باللغة الإنجليزية فقط) لا يمكن لأصحاب العمل منع الموظفين من ارتداء الكمامات، أو أقنعة التنفس، أو غير ذلك من معدات أو أجهزة الوقاية الشخصية باستثناء ما يسمح به القانون على نطاق ضيق. انظر إرشادات L&I الخاصة بـ [الوقاية من كوفيد-19: اختيار ارتداء الكمامة في العمل عندما لا تكون هناك حاجة لذلك](#) (تتوفر بعض اللغات الإضافية) للحصول على مزيد من المعلومات.

## كليات الصحة العامة المحلية ومسؤولوها

يتمتع مسؤولو الصحة المحليون بسلطة إصدار أوامر الصحة للسيطرة على المرض ومنع انتشاره في نطاق ولايتهم القضائية. يجوز أن تكون هذه الأوامر أكثر صرامة من الأوامر المعمول بها على مستوى الولاية، ولكن لا يجوز أن تكون أقل صرامة. راجع [نطاق الولاية القضائية الصحية المحلية](#) الخاص بك (باللغة الإنجليزية فقط)، واتبع جميع الأوامر الصحية المعمول بها في تلك المنطقة.

## توصيات

فيما يلي توصيات صحية عامة بالإضافة إلى المتطلبات المحددة المذكورة أعلاه.

## أماكن المواصلات العامة

توصي WA DOH العاملين والركاب البالغين سنّين فأكثر بارتداء كمامة أو قناع تنفس المحكم جيدًا في [أماكن المواصلات العامة المغلقة](#) (تتوفر بعض اللغات الإضافية الأخرى)، بما في ذلك وسائل النقل (مثل الطائرات، والحافلات، والقطارات، والعبّارات، ومترو الأنفاق، وسيارات الأجرة، وسيارات مشاركة الركوب، ووسائل النقل الطبية في الحالات غير الطارئة) وأماكن تجمع الركاب (مثل المطارات، أو محطات الحافلات ومحطات العبّارات، أو محطات القطارات ومترو الأنفاق، والموانئ البحرية). يمر عبر هذه أماكن الكثير من الأشخاص، ويمكن أن تكون مزدحمة و/أو سيئة التهوية (مثل الممرات المؤدية للطائرة بالمطارات). يمكن أن يحمي المسافرون والعاملون أنفسهم والمحيطين بهم من خلال ارتداء قناع تنفس أو كمامة مُحكمة جيدًا للمساعدة في الحفاظ على وسائل النقل والمواصلات أكثر أمانًا للجميع. يُرجى مراجعة [إرشادات CDC فيما يتعلق بارتداء الكمامات في أماكن المواصلات العامة](#) (تتوفر بعض اللغات الإضافية) للاطلاع على التفاصيل، ولكن لاحظ أن المتطلبات السابقة أصبحت الآن توصيات. راجع [المتطلبات والإرشادات للتخفيف من انتقال عدوى كوفيد-19 في K-12 Schools, Child Care, Early Learning, Youth Development, and Day Camp Programs](#) (المدارس التي تضم الصفوف من صف رياض الأطفال إلى الصف الثاني عشر، وبرنامج رعاية الأطفال، والتعلّم المبكر، وتنمية الشباب، والمعسكرات النهارية) ([wa.gov](#)) (تتوفر بعض اللغات الإضافية) للاطلاع على إرشادات ارتداء الكمامات في الحافلات المدرسية. تحث WA DOH مُشغلي المواصلات العامة على دعم ارتداء الكمامات من قِبَل جميع الأشخاص.

## ارتداء الكمامات في أماكن الرعاية الصحية

يجب ارتداء الكمامات في أماكن الرعاية الصحية بما يتوافق مع [أمر وزير الصحة بشأن ارتداء الكمامة](#) (باللغة الإنجليزية فقط). يمكن لجميع أماكن الرعاية الصحية الوصول إلى معدات الوقاية الشخصية وإرشادات السيطرة على المصدر في [التوصيات المؤقتة لإدارة للوقاية من العدوى بفيروس SARS-CoV-2 والسيطرة عليه في أماكن الرعاية الصحية، DOH 420-391](#) ([wa.gov](#)) (باللغة الإنجليزية فقط).

## التوصيات الخاصة بارتداء الكمامات في أماكن التجمّع التي لا تقدم خدمات الرعاية الصحية

يُوصى بارتداء الكمامات في الأماكن المغلقة للأشخاص البالغين من العمر سنّين فأكثر عندما يكون [قياس CDC لمستويات انتشار كوفيد-19 في المجتمع](#) (يتوفر باللغة الإسبانية) متوسطًا أو مرتفعًا في الأماكن التالية:

- أماكن تقديم الخدمات للمشردين. (باللغة الإنجليزية فقط)
  - أماكن العمل البحرية التجارية (باللغة الإنجليزية فقط) (على سبيل المثال، سفن المأكولات البحرية التجارية، وسفن الشحن، وسفن الرحلات البحرية)
  - أماكن العمل المزدحمة حيث تكون مراعاة التباعد الجسدي أمرًا مستحيلًا بسبب طبيعة العمل، كما هو الحال في المخازن، والمصانع، ومنشآت تعبئة الطعام، ومعالجة اللحوم، والمواصلات التي يوفرها صاحب العمل
  - أماكن المعيشة المشتركة في مرافق المعيشة الجماعية (ليست غرف النوم)، بما في ذلك أماكن إدارة أنشطة الإفراج من السجن للعمل، وأماكن السكن الانتقالي، وأماكن إعادة تأهيل الأحداث أو أماكن الاحتجاز، وسكن العمال المؤقت
  - الأماكن المغلقة في الأماكن التي يُحتجز فيها الأشخاص، مثل سجون البالغين، أو أماكن احتجاز البالغين، أو منشآت إعادة تأهيل الأحداث، أو منشآت احتجاز الأحداث (مثل قاعات المحاكم)
    - لاحظ أن أمر وزير الصحة **يشترط** أن يبلغ الشخص من العمر خمس سنوات أو أكثر لارتداء الكمامات في سجون البالغين، أو أماكن احتجاز البالغين عندما يكون **قياس CDC لمستويات انتشار كوفيد-19 في المجتمع** (يتوفر باللغة الإسبانية) متوسطًا أو مرتفعًا.
    - يُوصى أيضًا بمراعاة ارتداء الكمامات في المنشآت الإصلاحية عندما تشير **العوامل على مستوى المنشأة** (تتوفر بعض اللغات الأخرى) إلى وجود خطر متزايد.
- ينبغي على الأشخاص الذين يعيشون أو يعملون في الأماكن المذكورة أعلاه اتباع التوصيات ذاتها التي يتبعها عامة الناس عندما لا يتواجدون في هذه الأماكن (على سبيل المثال، عندما يتواجدون في الأماكن العامة في محيطهم المجتمعي).
- يجوز أن تشتترط المؤسسات التي لا تقدم خدمات الرعاية الصحية، (مثل الشركات والهيئات) ارتداء الكمامة داخل منشآتها. يجب أن تأخذ هذه المؤسسات في الاعتبار جميع العوامل التالية عند اتخاذ قرار بشأن اشتراط ارتداء الكمامات في الأماكن الخاصة بها:

- مدى تعرُّض الأشخاص الموجودين في المكان للمخاطر
    - الأشخاص الذين لا يحرصون على **الاستمرار في تلقي جرعات اللقاح الجديدة المضادة لكوفيد-19** (تتوفر بعض اللغات الإضافية) هم أكثر عرضة للإصابة بكوفيد-19 والإصابة بمرض شديد بسبب ذلك.
    - الأشخاص الذين يعانون من **حالات طبية معينة** (تتوفر بعض اللغات الإضافية) أكثر عرضة للإصابة بالمرض الشديد بسبب كوفيد-19.
  - جودة التهوية في المكان - راجع **التهوية وجودة الهواء لتقليل الأمراض المنقولة جواً** (باللغة الإنجليزية فقط) و**تحدي الهواء النظيف في المباني، Environmental Protection Agency (EPA)، وكالة حماية البيئة** (باللغة الإنجليزية فقط) للحصول على المعلومات وخيارات التهوية في المنشآت، سواء تلك التي تضم أنظمة التدفئة، والتهوية، وتكييف الهواء (HVAC) أو التي لا تضم تلك الأنظمة
  - قدرة الأشخاص على مراعاة التباعد الجسدي في المكان
  - التفشّي المشتبه به أو المؤكد لكوفيد-19 في المكان - يوصى بشدة باستخدام الكمامة في المكان
    - يُوصى بشدة بارتداء الكمامة في الأماكن الداخلية عند وجود حالة تفشّي المرض في أحد الأماكن المزدحمة التي لا تقدم خدمات الرعاية الصحية.
- عندما يكون **قياس CDC لمستويات انتشار كوفيد-19 في المجتمع** (تتوفر بعض اللغات الإضافية الأخرى) مرتفعًا، فإن CDC وDOH توصيان بأن يرتدي جميع الأشخاص الكمامات في الأماكن المغلقة، بغض النظر عن حالة التطعيم. يجب ألا تثنى هذه المؤسسات الأفراد عن ارتداء الكمامات إذا اختاروا ذلك. انظر أدناه التوصيات الخاصة بارتداء الأفراد الكمامات والاعتبارات المتعلقة بالمخاطر.

## التوصيات الخاصة بارتداء الأفراد الكمامات

يجب على الأشخاص الذين يعانون من أعراض، أو أثبت الاختبار إصابتهم، أو تعرّضوا لمخالطة شخص مصاب بكوفيد-19 ارتداء كمامة ذات جودة عالية بما يتوافق مع ما ينبغي عليك فعله إذا أثبت الاختبار إصابتك بكوفيد-19 (تتوفر بعض اللغات الإضافية)، وأشجار قرارات اتخاذ القرار بشأن أعراض كوفيد-19 (تتوفر بعض اللغات الإضافية وما ينبغي عليك فعله إذا كان من المحتمل أنك تعرّضت لمخالطة شخص مصاب بكوفيد-19 (تتوفر بعض اللغات الإضافية). يجب على الأفراد ارتداء كمامة إذا لزم الأمر في المكان الموجودين فيه، وفقاً للتكليفات والأوامر الصحية الحالية.

في أي ظرف آخر، يمكنك اختيار ارتداء الكمامة. يجب مراعاة العوامل التالية عند اتخاذ قرار بشأن ارتداء الكمامة:

- حالة التطعيم الخاصة بك، وحالة تطعيم المحيطين بك. الأشخاص الذين لا يحرصون على [الاستمرار في تلقي جرعات اللقاح الجديدة والجرعات التنشيطية المضادة لكوفيد-19](#) (تتوفر بعض اللغات الإضافية) هم أكثر عرضة للإصابة بكوفيد-19 والإصابة بمرض شديد بسبب ذلك.
- [حالاتك الطبية](#) (تتوفر بعض اللغات الإضافية). والحالات الطبية الخاصة بالمحيطين بك، الأكثر عرضة للإصابة بالمرض الشديد بسبب كوفيد-19. أصحاب حالات طبية معينة الأكثر عرضة للإصابة بفيروس كوفيد-19 والإصابة بمرض شديد بسبب ذلك.
- خصائص المكان الذي تتواجد فيه (مثال: مزدحم، سيئ التهوية، مغلق).
- [قياس CDC لمستويات انتشار كوفيد-19 في المجتمع](#) (تتوفر بعض اللغات الإضافية)
  - عندما تكون مستويات تفشي المرض في المجتمع مرتفعة، فإن CDC و WA DOH توصيان بارتداء الكمامات في الأماكن المغلقة، بغض النظر عن حالة التطعيم.
  - عندما تكون مستويات تفشي المرض في المجتمع متوسطة أو مرتفعة، فإن CDC و WA DOH توصيان الأشخاص [المعرّضين لخطر كبير للإصابة بالمرض الشديد](#) (تتوفر بعض اللغات الإضافية) نتيجة للإصابة بفيروس كوفيد-19 بارتداء الكمامة أو قناع التنفس عند التواجد في الأماكن العامة المغلقة. على الأشخاص الذين لديهم فرد من الأسرة أو تواصل اجتماعي مع شخص مُعرّض لخطر كبير للإصابة بالمرض الشديد وضع ارتداء الكمامات عالية الجودة في الاعتبار أثناء التواجد في مكان مغلق معهم.

## مزيد من المعلومات والموارد عن كوفيد-19

ابق على اطلاع دائم بـ [الوضع الحالي لفيروس كوفيد-19 في واشنطن](#) (باللغة الإنجليزية فقط)، [إعلانات الحاكم Inslee](#) (باللغة الإنجليزية فقط)، [الأعراض](#) (تتوفر بعض اللغات الإضافية)، [طرق الانتشار](#) (تتوفر بعض اللغات الإضافية)، [كيف ومتى يجب الخضوع للاختبار](#) (تتوفر اللغة الإسبانية)، [أماكن الحصول على اللقاحات](#) (تتوفر اللغة الإسبانية). راجع [الأسئلة الشائعة](#) (بالإنجليزية فقط) لمزيد من المعلومات.

لا يتسبب العرق/الانتماء العرقي أو الجنسية، في حد ذاتها، في تعريض الشخص لدرجة أكبر من خطر الإصابة بكوفيد-19. ورغم ذلك، تكشف البيانات عن أن المجتمعات الملونة تتأثر على نحو غير متناسب بكوفيد-19. ويرجع السبب في ذلك إلى التأثيرات المرتبطة بالعنصرية، ولا سيما العنصرية المؤسسية، التي تقلل من فرص بعض الجماعات في حماية أنفسهم ومجتمعاتها. [لن تساعد وصمة العار في محاربة المرض](#) (باللغة الإنجليزية فقط). احرص على مشاركة المعلومات الدقيقة مع الآخرين لمنع انتشار الشائعات والمعلومات المضللة.

- [صفحة Department of Health في ولاية واشنطن عن تفشي فيروس كورونا المستجد 2019 \(كوفيد-19\)](#) (بالإنجليزية فقط)
- [استجابة ولاية واشنطن لفيروس كورونا \(كوفيد-19\)](#) (تتوفر بعض اللغات الإضافية)
- [ابحث عن دائرة الصحة المحلية أو الدائرة الصحية التابعة لها](#) (بالإنجليزية فقط)
- [CDC فيروس كورونا \(كوفيد-19\)](#) (تتوفر بعض اللغات الإضافية)

**هل لديك المزيد من الأسئلة؟** اتصل بالخط الساخن للحصول على معلومات عن كوفيد-19 على الرقم **1-800-525-0127**. ساعات عمل الخط الساخن:

- يوم الاثنين من الساعة 6 صباحاً إلى الساعة 10 مساءً



- من الثلاثاء إلى الأحد من الساعة 6 صباحًا إلى الساعة 6 مساءً
- [أيام العطلات الرسمية في الولاية](#) (باللغة الإنجليزية فقط) من الساعة 6 صباحًا إلى الساعة 6 مساءً

لخدمات الترجمة الفورية، اضغط # عندما يجب أحدهم **واذكر لغتك**. ولطرح أسئلة حول صحتك، أو نتائج الاختبارات، يُرجى الاتصال بمُقدّم خدمة الرعاية الصحية.

لطلب هذا المستند بتنسيقات أخرى، اتصل بالرقم 1-800-525-0127. بالنسبة إلى العملاء الصم أو ضعاف السمع، يُرجى الاتصال بالرقم 711 ([Washington Relay](#)) أو مراسلة عنوان البريد الإلكتروني: [civil.rights@doh.wa.gov](mailto:civil.rights@doh.wa.gov).

## الملحق أ

### أماكن الرعاية الصحية

وفقًا لـ [Secretary of Health's Mask Order](#) (**أمر وزير الصحة بشأن ارتداء الكمامة**) (باللغة الإنجليزية فقط)، تُعرّف أماكن الرعاية الصحية وأماكن الرعاية طويلة الأجل على أنها أي مكان عام أو خاص يُستخدم بشكل أساسي لتقديم خدمات الرعاية الصحية الشخصية للأفراد، مع مراعاة بعض الاستثناءات. وإذا كان ذلك المكان موجودًا داخل منشأة تُستخدم في المقام الأول لتقديم خدمات الرعاية الصحية، مثل المستشفى، فإن المنشأة بأكملها تُعتبر مكانًا للرعاية الصحية أو مكانًا للرعاية طويلة الأجل، ويجب ارتداء أغطية الوجه في جميع أنحاء المنشأة، مع مراعاة الاستثناءات والإعفاءات الواردة في الأمر الصادر بشأن غطاء الوجه. وإذا كان ذلك المكان موجودًا داخل منشأة تُستخدم في الأساس لغرض آخر، مثل صيدلية داخل متجر بقالة أو مكتب ترميز داخل مدرسة، فإن مكان الرعاية الصحية أو مكان الرعاية طويلة الأجل يشمل فقط المنطقة المستخدمة بشكل أساسي لتقديم خدمات الرعاية الصحية، والرعاية، وليس المناطق الأخرى بالمنشأة. يجب ارتداء أغطية الوجه في المناطق المستخدمة بشكل أساسي لتقديم الرعاية الصحية، مع مراعاة الاستثناءات والإعفاءات الواردة في الأمر الصادر بشأن غطاء الوجه. ما لم يتم النص على اعتباره من الحالات المستثناة أدناه، يشمل مُقدّمو خدمات الرعاية الصحية الأفراد الذين لديهم وثائق الاعتماد المدرجة في قائمة [متطلبات اعتماد اختصاصي الرعاية الصحية](#) (باللغة الإنجليزية فقط)، بالإضافة إلى الأفراد المسموح لهم بموجب القانون بتقديم خدمات الرعاية الصحية دون امتلاك أوراق اعتماد. يُشترط أن يرتدي جميع الموظفين والزوار، بالإضافة إلى اختصاصيي الرعاية الصحية، كمامة عند التواجد داخل أماكن الرعاية الصحية المغلقة.

فيما يلي قائمة غير حصرية لأماكن الرعاية الصحية وأماكن الرعاية طويلة الأجل:

- منشآت رعاية الأمراض الحادة، بما في ذلك، على سبيل المثال لا الحصر، المستشفيات، و
- منشآت الرعاية طويلة الأجل المُخصّصة لرعاية الأمراض الحادة، و
- منشآت إعادة التأهيل للمرضى الداخليين، و
- منشآت الصحة السلوكية للمرضى الداخليين، بما في ذلك، على سبيل المثال لا الحصر، منشآت التقييم والعلاج، ومنشآت العلاج السكنية، والمنشآت الآمنة لعلاج الإدمان، و
- منشآت الرعاية طويلة الأجل السكنية، بما في ذلك، على سبيل المثال لا الحصر، دور رعاية المسنين، ومنشآت المعيشة المدعومة، ودور الرعاية العائلية للبالغين، والأماكن التي يتم فيها تقديم الخدمات والدعم السكني المجتمعي المعتمد، ومنشآت الخدمات المُحسّنة، و
- العيادات المتنقلة أو المركبات الأخرى حيث يتم تقديم الرعاية الصحية، و
- منشآت العيادات الخارجية، بما في ذلك، على سبيل المثال لا الحصر، مراكز غسيل الكلى، ومكاتب الأطباء، ومنشآت الصحة السلوكية (بما في ذلك مكاتب الأطباء النفسيين، ومستشاري الصحة العقلية، والمتخصصين في علاج اضطرابات تعاطي المخدرات)، و
- منشآت طب الأسنان والأماكن التي تضم تخصصات طب الأسنان، و
- منشآت فحص البصر وطب العيون، و
- الصيدليات (لا تشمل أماكن البيع بالتجزئة)، و
- أماكن العلاج بالتدليك (يشمل ذلك الأماكن المُخصّصة لإجراء التدليك، والتي لا تقدم خدمات الرعاية الصحية، مثل المنتجعات الصحية ومراكز العافية/اللياقة البدنية)، و

- عيادات العلاج اليدوي وتقويم العمود الفقري، و
- أماكن ممارسة خدمات القبالة ومراكز الولادة المستقلة، و
- منشآت العزل و/أو الحجر الصحي، و
- منشآت الخدمات الجراحية المتجولة، و
- مراكز الرعاية العاجلة، و
- مراكز رعاية المسنين، و
- الأماكن التي يتم فيها تقديم خدمات الرعاية الصحية المنزلية، أو الرعاية المنزلية، أو الرعاية الشخصية، أو خدمات رعاية المسنين بواسطة مُقدِّمي الخدمات المدفوعة.

لا تشمل أماكن الرعاية الصحية وأماكن الرعاية طويلة الأجل ما يلي:

- الأماكن التي تُقام فيها الفعاليات الرياضية والأنشطة التي تضم متفرجين أو التجمعات الأخرى (بما في ذلك عندما يقدم الرياضيون المدربون المعتمدون الرعاية للاعبين)، بخلاف الأماكن المستخدمة في المقام الأول لتقديم خدمات الرعاية الصحية، مثل الأماكن المخصصة لتقديم الإسعافات الأولية (والتي تعتبر أماكن للرعاية الصحية)، و
- دور الرعاية المعتمدة من Department of Children, Youth & Families (DCYF)، إدارة شؤون الأطفال، والشباب، والأسر، والتي لا تقدم خدمات الرعاية الصحية بشكل أساسي، و
- المنشآت البحثية حيث لا يتم تقديم خدمات الرعاية الصحية للأشخاص، و
- منشآت الرعاية الصحية البيطرية، و
- وكالات مراقبة الحيوانات، و
- جمعيات الرفق بالحيوان غير الهادفة للربح، و
- منافذ بيع الماريجوانا بالتجزئة، بما في ذلك تلك التي يقدم فيها مستشارو الماريجوانا الطبية خدماتهم.

إذا اشترطت منشأة الرعاية الصحية ارتداء الكمامات في الأماكن المفتوحة، فيجب عليك الالتزام بقواعد العمل الخاصة بهذه المنشأة. انظر المعلومات الواردة في قسم ["قواعد المؤسسة"](#) أعلاه للتعرف على مزيد من المعلومات. يُرجى زيارة صفحة [الوقاية من الإصابة بعدوى كوفيد-19 في أماكن الرعاية الصحية](#) (باللغة الإنجليزية فقط) للحصول على توجيهات مفصلة، بما في ذلك [توجيهات السيطرة على المصدر](#) (باللغة الإنجليزية فقط) وتوجيهات الزيارة في بعض منشآت الرعاية الصحية.

## قواعد المؤسسة

تحتفظ الشركات، والهيئات، والمنشآت، والمؤسسات بالحق في وضع القواعد الخاصة بها فيما يتعلق بارتداء الكمامة في مقارها أو منشأتها. يجب على الشركات اتباع جميع المتطلبات الواردة في [متطلبات I&L](#) (باللغة الإنجليزية فقط) ويجوز لها أن تقرر إلزام الجميع بارتداء الكمامات في الأماكن (على سبيل المثال، الأماكن المفتوحة) لتوفير إجراءات أكثر وقاية من تلك المنصوص عليها في [أمر وزير الصحة بشأن ارتداء الكمامة](#) (باللغة الإنجليزية فقط).

يجوز لمسؤولي الصحة العامة المحليين أيضًا اتخاذ المزيد من القرارات الوقائية فيما يتعلق بارتداء الكمامات ووضعها موضع التنفيذ للحد من انتقال العدوى في المجتمع. يمكن أن تتسم هذه القواعد بدرجة حماية أكبر من تلك الواردة في [قرار وزير الصحة بشأن ارتداء الكمامة](#) (باللغة الإنجليزية فقط)، لكنها لا يمكن أن تكون أقل في درجة الحماية.

بالإضافة إلى ذلك، قد يتعين على الأفراد أو قد يقرروا الاستمرار في ارتداء الكمامة. ويحتفظ الأفراد بالحق في اتخاذ القرار بشأن ارتداء الكمامة في الأماكن العامة حتى عندما لا تكون التكاليف الخاصة بارتداء الكمامة، سواء المحلية أو على مستوى الولاية، غير مطبقة. يُرجى احترام قرار الأفراد بارتداء الكمامات لحماية أنفسهم، وأسرهم، ومجتمعاتهم. ويُرجى ملاحظة أنه إذا قررت ارتداء الكمامة، فقد يُطلب منك إزالتها لفترة وجيزة في بعض الحالات، على سبيل المثال لأغراض تحديد الهوية.