

## اگر نتیجه آزمایش COVID-19 شما مثبت شود، چه کاری باید انجام دهید

### خلاصه تغییرات 20 آوریل، 2022

- تغییرات فنی در لینک شدن به دستورالعمل (Centers for Disease Control and Prevention (CDC)، مرکز مبارزه با بیماریها) در مورد مسافرت، ابزار ماشین حساب جداسازی و قرنطینه Department of Health (DOH)، اداره بهداشت) و اطلاعات در مورد Care Connect Washington.

### خلاصه تغییرات 26 ژانویه 2022

- دستورالعمل بهروزرسانی شده جداسازی برای همراستا بودن با [دستورالعمل جداسازی و قرنطینه CDC](#) برای عموم مردم.
- اطلاعات تکمیلی در مورد [اگر نتیجه خودآزمایی شما مثبت شود، چه کاری باید انجام دهید](#).

### مقدمه

اگر نتیجه آزمایش COVID-19 شما مثبت شده باشد، می‌توانید به جلوگیری از انتقال ویروس COVID-19 به دیگران کمک کنید. لطفاً دستورالعمل زیر را دنبال کنید.

- دانش‌آموزان و کارکنان مقطع K-12 (دبستان تا دبیرستان) باید [الزامات K-12](#) را رعایت کنند.
- افرادی که در یک مرکز مراقبت بهداشتی اقامت دارند یا کار میکنند باید از دستورالعمل موقتی CDC [برای مدیریت پرسنل مراقبت بهداشتی مبتلا به عفونت SARS-CoV-2 یا دارای مواجهه با SARS-CoV-2](#) (فقط انگلیسی) و [توصیه‌های موقتی پیشگیری و کنترل عفونت CDC برای پرسنل مراقبت بهداشتی در طول اپیدمی بیماری کروناویروس 2019 \(کووید-19\)](#) (فقط انگلیسی) پیروی کنند.

### جداسازی در خانه

افرادی که نتیجه آزمایش کووید-19 آنها مثبت است یا افرادی که دارای علائم کووید-19 هستند و منتظر دریافت نتیجه آزمایش میباشند باید در خانه خود را جدا کنند. **صرفاً نظر از وضعیت واکسیناسیونتان، باید خود را جداسازی کنید.** نباید به محل کار، مدرسه یا مکان‌های عمومی بروید. از استفاده از خدمات حمل‌ونقل عمومی، استفاده مشترک از وسایل نقلیه یا تاکسی اجتناب کنید. از دیگران بخواهید که خریدهای شما را انجام دهند یا از خدمات تحویل مواد غذایی استفاده کنید. در صورتی که هنگام جداسازی در خانه به غذا یا حمایت دیگری نیاز دارید، [Care Connect Washington](#) در دسترس میباشد. با خط ویژه اطلاعات کووید-19 به شماره 1-800-525-0127 تماس بگیرید و کلید # را فشار دهید. خدمات تسهیلات زبانی موجود است.

تا حد امکان، خود را از دیگران جدا کنید، برای این کار می‌توانید در اتاق مشخصی دور از سایر افراد بمانید و در صورت امکان، از دستشویی/حمام جداگانه‌ای استفاده کنید. اگر لازم است در کنار دیگر افراد باشید، از [ماسک کپی و محکم](#) استفاده کنید.

شما باید در خانه بمانید و فقط برای مراجعه به پزشک می‌توانید از خانه خارج شوید. پیش از مراجعه به پزشک، تماس بگیرید. به ارائه‌دهنده مراقبت‌های بهداشتی خود اطلاع دهید که به COVID-19 مبتلا شده‌اید یا تحت معاینه برای تشخیص COVID-19 هستید.

## چه مدت باید خودم را از دیگران جدا کنم؟

مدت زمان جداسازی شما بستگی به این دارد که آیا می‌توانید از ماسک کپی استفاده کنید یا خیر؛ آیا به بیماری شدید ناشی از COVID-19 مبتلا هستید یا سیستم ایمنی ضعیفی دارید؛ و اینکه آیا در محیط‌های عمومی اقامت دارید یا کار می‌کنید. لطفاً بخش زیر را که مربوط به شما است، مشاهده کنید.

**اگر می‌توانید، وقتی در خانه و مکان‌های عمومی در کنار دیگران هستید، از ماسک کپی استفاده کنید:**

**اگر نتیجه آزمایش COVID-19 شما مثبت شد و علائم بیماری را داشتید، حداقل به مدت 5 روز پس از بروز اولین علائم خود را جداسازی کنید.** برای محاسبه دوره 5 روزه جداسازی خود، قسمت زیر را ببینید. در شرایط زیر، پس از گذراندن 5 روز کامل، می‌توانید دوره جداسازی خود را پایان دهید:

- علائم شما 5 روز بعد از شروع جداسازی به طور چشمگیری رو به بهبود است، و
- تب شما طی 24 ساعت گذشته بدون کمک داروهای تب‌بر از بین رفته باشد، و
- به مدت 5 روز دیگر وقتی در خانه و مکان‌های عمومی در کنار دیگران هستید، به‌طور مداوم از **ماسک کپی** استفاده کنید

اگر همچنان تب دارید یا علائمتان بعد از 5 روز جداسازی به طور چشمگیری بهبود پیدا نکردند، برای پایان دادن به جداسازی خود تا زمانی که تب شما به مدت 24 ساعت بدون مصرف داروهای تب‌بر از بین برود و علائمتان بهبود یابند منتظر بمانید.

**اگر نتیجه آزمایش COVID-19 شما مثبت شد، اما هیچ‌یک از علائم بیماری را نداشتید، حداقل به مدت 5 روز پس از مثبت شدن نتیجه آزمایش COVID-19 خود را جداسازی کنید.** برای محاسبه دوره 5 روزه جداسازی خود، قسمت زیر را ببینید. در شرایط زیر، پس از گذراندن 5 روز کامل، می‌توانید دوره جداسازی خود را پایان دهید:

- علائم بیماری را نداشته باشید، و
- به مدت 5 روز دیگر وقتی در خانه و مکان‌های عمومی در کنار دیگران هستید، به‌طور مداوم از **ماسک کپی** استفاده کنید

اگر بعد از نتیجه مثبت آزمایش دچار علائم شده‌اید، جداسازی 5 روزه شما باید از اول شروع شود. اگر علائم بیماری را داشته‌اید، توصیه‌های بالا را برای پایان دادن به دوره جداسازی دنبال کنید.

استفاده مداوم از ماسک به این معنی است که وقتی در داخل یا خارج از خانه در کنار دیگران هستید، از **ماسک کپی** استفاده کنید و در فعالیت‌هایی که طی آن نمی‌توانید ماسک بزنید، مانند خوابیدن، غذا خوردن یا شنا کردن، شرکت نکنید. در طول 5 روز اضافه‌ای که باید از ماسک استفاده کنید، هیچ وسیله دیگری را نمی‌توانید به‌عنوان جایگزین ماسک (مثلاً محافظ صورت (شیلد) پارچه‌دار) استفاده کنید.

اگر به آزمایش آنتی‌ژن دسترسی دارید، با انجام دادن این آزمایش در روز پنجم (5) جداسازی می‌توانید خطر انتقال ویروس به دیگران را کاهش دهید. تنها در صورتی نمونه آزمایش جمع‌آوری کنید که تب شما به مدت 24 ساعت بدون مصرف داروی تب‌بر از بین رفته است و سایر علائم شما بهبود یافته‌اند (از دست دادن حس چشایی یا بویایی ممکن است چندین هفته یا ماه بعد از بهبودی ماندگار باشد و نیاز نیست پایان جداسازی را به تاخیر بیندازید). اگر نتیجه آزمایش شما منفی است، می‌توانید بعد از 5 روز جداسازی را پایان دهید، اما به مدت 5 روز دیگر هنگامی که کنار افراد دیگر هستید همچنان ماسک بزنید. اگر نتیجه آزمایش شما مثبت است، باید تا گذشت 10 روز از اولین روزی که علائمتان بروز کردند (یا اگر هرگز دچار علائم نشده‌اید تا گذشت 10 روز از اولین روزی که نتیجه آزمایش کویید-19 شما مثبت شده است) به جداسازی ادامه دهید.

**در اینجا دستورالعمل‌های تکمیلی برای 10 روز پس از بروز علائم (یا مثبت شدن نتیجه آزمایش، اگر اصلاً علائمی نداشتید) ارائه شده است:**

- به مدت 10 روز کامل، از افرادی که **دارای نقص سیستم ایمنی هستند یا در معرض خطر بالای ابتلا به نوع شدید بیماری هستند** دوری کنید و به مراکز مراقبت‌های بهداشتی (از جمله آسایشگاه‌ها) و سایر مکان‌های پرخطر نروید.

- به مدت 10 روز کامل، از رفتن به مکان‌هایی که در آن نمی‌توانید از ماسک استفاده کنید، مانند رستوران‌ها و برخی باشگاه‌ها و همچنین غذا خوردن در کنار دیگران در خانه و محل کار خودداری کنید.
- برای کسب اطلاعات در مورد سفر کردن، بخش [سفر | CDC](#) (فقط انگلیسی) را ببینید.

### اگر وقتی در خانه و مکان‌های عمومی در کنار دیگران هستید، نمی‌توانید از ماسک کپی استفاده کنید:

اگر نتیجه آزمایش COVID-19 شما مثبت شد و علائم بیماری را داشتید، در شرایط زیر می‌توانید پس از گذشت 10 روز از بروز علائم، به دوره جداسازی خود در خانه پایان دهید:

- تب شما طی 24 ساعت گذشته بدون کمک داروهای تب‌بر از بین رفته باشد، و
- علائم (فقط انگلیسی) بیماری به‌طور چشمگیری بهبود یافته باشد.

اگر پس از گذشت دوره 10 روزه جداسازی، همچنان تب دارید یا دیگر علائم شما بهبود نیافته است، تا پایان دوره جداسازی صبر کنید تا تب شما به مدت 24 ساعت بدون کمک داروهای تب‌بر از بین برود و دیگر علائم شما بهبود یابد.

اگر نتیجه آزمایش COVID-19 شما مثبت شد، اما هیچ‌یک از علائم بیماری را نداشتید، در شرایط زیر می‌توانید پس از گذشت 10 روز از مثبت شدن نتیجه آزمایش‌تان، به دوره جداسازی خود در خانه پایان دهید:

- علائم بیماری را نداشته باشید

اگر علائم بیماری شما پس از مثبت شدن آزمایش بروز پیدا کرد، باید دوره 10 روزه جداسازی خود را از سر بگیرید. اگر علائم بیماری را داشته‌اید، توصیه‌های بالا را برای پایان دادن به دوره جداسازی دنبال کنید.

در صورتی که هنگام جداسازی در خانه به غذا یا حمایت دیگری نیاز دارید، [Care Connect Washington](#) در دسترس می‌باشد. با خط ویژه اطلاعات کوید-19 به شماره 1-800-525-0127 تماس بگیرید و کلید # را فشار دهید. خدمات تسهیلات زبانی موجود است.

### اگر به بیماری شدید ناشی از COVID-19 مبتلا هستید یا سیستم ایمنی ضعیفی دارید:

افرادی که به بیماری شدید ناشی از COVID-19 مبتلا هستند (از جمله کسانی که در بیمارستان بستری شده‌اند یا به مراقبت‌های ویژه یا دستگاه تنفس مصنوعی نیاز پیدا کرده‌اند) و افرادی که سیستم ایمنی ضعیفی دارند، ممکن است لازم باشد مدت زمان طولانی‌تری را در خانه جداسازی شوند. همچنین، شاید لازم باشد این افراد [آزمایش تأیید و پروس](#) را انجام دهند تا مشخص شود که چه زمانی می‌توانند در کنار افراد دیگر حضور داشته باشند. CDC توصیه می‌کند افرادی که به بیماری شدید ناشی از COVID-19 مبتلا هستند یا سیستم ایمنی ضعیفی دارند، حداقل 10 روز و حداکثر 20 روز خود را جداسازی کنند. با ارائه‌دهنده مراقبت‌های بهداشتی خود مشورت کنید تا بدانید چه زمانی می‌توانید دوباره در کنار افراد دیگر باشید.

### اگر در یکی از این محیط‌های عمومی اقامت دارید یا کار می‌کنید:

افرادی که در محیط‌های عمومی زیر اقامت دارند یا کار می‌کنند، باید توصیه‌های مربوط به جداسازی را طبق توضیحات زیر رعایت کنند.

- مراکز بازپروری یا بازداشتگاه‌ها
- پناهگاه افراد بی‌خانمان یا مراکز اسکان موقت
- محیط‌های تجارت دریایی (مانند کشتی‌های تجاری حامل غذاهای دریایی، کشتی‌های باری، کشتی‌های کروز)
- محیط‌های کاری شلوغ که در آن رعایت فاصله‌گذاری اجتماعی به دلیل طبیعت آن مشاغل غیرممکن است؛ مانند انبارها، کارخانه‌ها و مراکز بسته‌بندی مواد غذایی و فرآوری محصولات گوشتی.
- مراکز اسکان موقت کارگران

**اگر نتیجه آزمایش COVID-19 شما مثبت شد و علائم بیماری را داشتید، در شرایط زیر می‌توانید پس از گذشت 10 روز از بروز اولین علائم، به دوره جداسازی خود در محیط‌های عمومی پایان دهید:**

- تب شما طی 24 ساعت گذشته بدون کمک داروهای تب‌بر از بین رفته باشد، و
- علائم شما بهبود یافته باشد

اگر در محیط‌های عمومی کار می‌کنید اما اقامت ندارید، به مدت 10 روز کامل به محل کار نروید، اما بسته به اینکه می‌توانید یا نمی‌توانید از [ماسک کپی](#) استفاده کنید، دستورالعمل خلاصه‌شده بالا درباره جداسازی در خانه را رعایت کنید.

**اگر نتیجه آزمایش COVID-19 شما مثبت شد، اما هیچ‌یک از علائم بیماری را نداشتید، در شرایط زیر می‌توانید پس از گذشت 10 روز از مثبت شدن نتیجه آزمایش‌تان، به دوره جداسازی خود در محیط‌های عمومی پایان دهید:**

- علائم بیماری را نداشته باشید

اگر علائم بیماری شما پس از مثبت شدن آزمایش بروز پیدا کرد، باید دوره 10 روزه جداسازی خود را در این محیط‌ها از سر بگیرید. اگر علائم بیماری را داشته‌اید، توصیه‌های بالا را برای پایان دادن به دوره جداسازی دنبال کنید. اگر در محیط‌های عمومی کار می‌کنید اما اقامت ندارید، به مدت 10 روز کامل به محل کار نروید، اما بسته به اینکه می‌توانید یا نمی‌توانید از [ماسک کپی](#) استفاده کنید، دستورالعمل خلاصه‌شده فوق مربوط به جداسازی در خانه را رعایت کنید.

در طول دوره‌هایی که با کمبود شدید نیروی انسانی مواجه هستیم، مراکز بازپروری، بازداشتگاه‌ها، پناهگاه‌های افراد بی‌خانمان، مراکز اسکان موقت و زیرساخت‌های حیاتی، ممکن است دوره جداسازی کارکنان را کوتاه‌تر کنند تا از تداوم فعالیت در این مراکز مطمئن شوند. تصمیم‌گیری برای کوتاه‌تر کردن دوره جداسازی در این محیط‌ها، باید با مشورت حوزه محلی سلامت انجام شود.

### چه زمانی به‌طور بالقوه ناقل ویروس هستیم و ممکن است دیگران را در معرض بیماری قرار دهیم؟

افراد مبتلا به COVID-19 می‌توانند از دو روز پیش از بروز علائم (یا در صورت نداشتن علائم، از 2 روز قبل از مثبت شدن نتیجه آزمایش) تا 10 روز بعد از بروز علائم (یا در صورت نداشتن علائم، 10 روز بعد از مثبت شدن نتیجه آزمایش) ویروس را به دیگران انتقال دهند. اگر دوره جداسازی یک فرد مبتلا به کوید-19 از 10 روز بیشتر شود، بیماری او تا پایان دوره جداسازی خود قابل سرایت است.

اگر فرد مبتلا به COVID-19 به مدت 5 روز جداسازی شود و سپس بعد از پایان دوره جداسازی تا 5 روز به‌طور مداوم از ماسک استفاده کند، به دلیل اینکه علائم او در روز 5 بهبود یافته یا از بین رفته است، تا زمانی که از [ماسک کپی](#) استفاده کند، افرادی که در روزهای 6 تا 10 با او تماس داشته‌اند به‌عنوان تماس نزدیک تلقی نمی‌شوند. اگر فرد ناقل ویروس از ماسک کپی استفاده نکند، افرادی که در روزهای 6 تا 10 در معرض او قرار گرفته‌اند، به‌عنوان «تماس نزدیک» محسوب می‌شوند.

### چگونه دوره 5 یا 10 روزه جداسازی خود را محاسبه کنم؟

اگر علائم بیماری را دارید، اولین روز بروز علائم شما به‌عنوان روز 0 در نظر گرفته می‌شود. روز 1 اولین روز کامل پس از بروز علائم است.

اگر هیچ‌یک از علائم بیماری را نداشتید، تاریخ مثبت شدن آزمایش تأیید ویروس شما (تاریخی که در آن آزمایش را انجام داده‌اید) به‌عنوان روز 0 در نظر گرفته می‌شود. اولین روز کامل پس از جمع‌آوری نمونه آزمایشی و مثبت شدن نتیجه آن، به عنوان روز 1 در نظر گرفته می‌شود.

جهت گرفتن کمک به [ابزار ماشین حساب جداسازی و قرنطینه DOH](#) مراجعه کنید.

### در طول دوره جداسازی چه باید کرد

- **علائم بیماری را تحت نظر بگیرید.** اگر علائم شما تشدید شد، فوراً کمک پزشکی بگیرید. اگر در وضعیت اضطراری پزشکی هستید و باید با 911 تماس بگیرید، به کارکنان بخش اعزام آمبولانس بگویید که علائم COVID-19 را دارید. قبل از اینکه کارکنان خدمات اضطراری از راه برسند، در صورت امکان، از پوشش صورت استفاده کنید.

- تا حد امکان، از دیگران دور بمانید، از جمله اعضای خانه و حیوانات خانگی. در صورت امکان، در اتاق جداگانه ای بمانید و از حمام و دستشویی جداگانه‌ای استفاده کنید. اگر باید به یکی از اعضای خانواده یا یک حیوان رسیدگی کنید، از پوشش صورت استفاده کنید و قبل و بعد از تعامل با آن‌ها، دست‌هایتان را بشویید. اطلاعات بیشتر در مورد COVID-19 و حیوانات (فقط انگلیسی) را می‌توانید در وبسایت لینک‌شده مشاهده کنید.
- پیش از وارد شدن به مطب ارائه‌دهنده مراقبت‌های بهداشتی و وقتی در کنار دیگران هستید، از ماسک کپی استفاده کنید. اگر نمی‌توانید از ماسک کپی استفاده کنید، افراد خانواده‌تان نباید با شما در یک اتاق باشند؛ اگر لازم است که آنها وارد اتاق شما شوند، باید از ماسک کپی یا ماسک تنفسی استفاده کنند.
- در صورت امکان، اقداماتی را برای ارتقاء دادن سیستم تهویه در خانه (فقط انگلیسی) انجام دهید.
- وسایل شخصی را با هیچ‌کس به اشتراک نگذارید، مثلاً نباید از بشقاب، لیوان، فنجان، ظروف غذایی، حوله یا تخت‌خواب مشترک با حیوانات خانگی یا افراد خانواده‌تان استفاده کنید.

## در مصاحبه سلامت عمومی شرکت کنید

اگر نتیجه آزمایش COVID-19 شما مثبت شود، مصاحبه‌کننده‌ای از سوی مرکز خدمات سلامت عمومی (معمولاً از طریق تلفن) با شما تماس می‌گیرد. مصاحبه‌کننده به شما کمک می‌کند تا متوجه شوید که چه کارهایی را باید از این‌پس انجام دهید و اینکه چه کمک‌هایی در دسترس است. مصاحبه‌کننده نام و اطلاعات تماس افرادی را که اخیراً با آن‌ها تماس نزدیک داشته‌اید از شما می‌پرسد تا به آنها درباره تماس پرخطر اطلاع دهد. او این اطلاعات را درخواست می‌کند تا بتواند به افرادی که ممکن است در معرض بیماری قرار گرفته باشند اطلاع دهد. مصاحبه‌کننده نام شما را به افرادی که با آن‌ها تماس نزدیک داشته‌اید نمی‌گوید.

## اگر نتیجه خودآزمایی شما مثبت است

جهت کسب اطلاعات بیشتر لطفاً به دستورالعمل موقتی خودآزمایی SARS-CoV-2 ([wa.gov](http://wa.gov)) (فقط انگلیسی) مراجعه نمایید.

## تفاوت جداسازی و قرنطینه چیست؟

- **جداسازی** زمانی انجام می‌شود که علائم COVID-19 را داشته باشید، منتظر نتیجه آزمایش باشید یا نتیجه آزمایش COVID-19 شما مثبت شده باشد. جداسازی یعنی برای جلوگیری از سرایت دادن بیماری به مدت یک دوره زمانی توصیه شده در خانه و دور از دیگران (از جمله اعضای خانواده) بمانید (فقط انگلیسی).
- **قرنطینه** زمانی انجام می‌شود که در معرض کوئید-19 قرار گرفته باشید. قرنطینه یعنی اگر شما مبتلا هستید و بیماری شما قابل سرایت است به مدت یک دوره زمانی توصیه شده در خانه و دور از دیگران بمانید (فقط انگلیسی). اگر بعداً نتیجه آزمایش COVID-19 شما مثبت شود یا علائم COVID-19 در شما ظاهر شود، قرنطینه به جداسازی تبدیل می‌شود.

## منابع و اطلاعات بیشتر در مورد COVID-19

اگر پزشک یا ارائه‌دهنده مراقبت‌های بهداشتی ندارید: در بسیاری از مراکز، بدون در نظر گرفتن وضعیت مهاجرت افراد، آزمایش رایگان یا کم‌هزینه انجام می‌شود. بخش سؤالات متداول [Department of Health](http://Department of Health) درباره آزمایش (فقط انگلیسی) را ببینید یا با خط تلفن مستقیم اطلاعات COVID-19 در ایالت واشنگتن تماس بگیرید.

در مورد وضعیت کنونی کوئید-19 در واشنگتن، بیانیه‌های فرماندار [Inslee](http://Inslee) (فقط انگلیسی)، علائم (فقط انگلیسی)، چگونه سرایت آن (فقط انگلیسی)، و چگونه و زمان دادن آزمایش توسط افراد (فقط انگلیسی)، اطلاعات به روز کسب کنید. برای کسب اطلاعات بیشتر، به بخش سؤالات متداول (فقط انگلیسی) مراجعه کنید.

نژاد/قومیت یا ملیت افراد به‌تنهایی خطر ابتلا به کوئید-19 را افزایش نمی‌دهد. با این حال، داده‌ها نشان می‌دهد که جوامع رنگین‌پوست به‌طور نامتناسبی تحت‌تأثیر کوئید-19 قرار گرفته‌اند. علت این امر، تأثیرات نژادپرستی و به‌ویژه نژادپرستی ساختاری است که به برخی گروه‌ها فرصت کمتری برای محافظت از خود و جوامعشان می‌دهد. [پاورهای منفی به مبارزه با بیماری کمکی نمی‌کنند](http://پاورهای منفی به مبارزه با بیماری کمکی نمی‌کنند) (فقط انگلیسی). برای جلوگیری از انتشار شایعات و اطلاعات نادرست، فقط اطلاعات درست و دقیق را به اشتراک بگذارید.

- [شیوع کروناویروس جدید 2019 \(کوید-19\) Department of Health ایالت واشنگتن \(WA\)](#)
- [پاسخدهی ایالت واشنگتن درباره ویروس کرونا \(COVID-19\) \(فقط انگلیسی\)](#)
- [یافتن حوزه یا اداره سلامت محلی \(فقط انگلیسی\)](#)
- [صفحه CDC درباره ویروس کرونا \(COVID-19\) \(فقط انگلیسی\)](#)
- [منابع مربوط به کاهش باورهای منفی \(فقط انگلیسی\)](#)

**سؤال دیگری دارید؟** با خط تلفن مستقیم اطلاعات COVID-19 ما تماس بگیرید: **1-800-525-0127**

دوشنبه از ساعت 6 صبح تا 10 شب، سه‌شنبه تا یکشنبه و با در نظر داشتن [تعطیلات ایالتی \(observed\)](#)، از 6 صبح تا 6 عصر. به‌منظور استفاده از خدمات ترجمه شفاهی، هنگامی که تماس پاسخ داده شد، **کلید مربع (#) را فشار دهید و زبان خود را اعلام کنید.** برای پرسیدن هرگونه سؤال درباره سلامت خودتان، آزمایش COVID-19 یا نتایج آزمایش، لطفاً با ارائه‌دهنده مراقبت‌های بهداشتی خود تماس بگیرید.

برای درخواست این سند در قالبی دیگر، با شماره تلفن 1-800-525-0127 تماس بگیرید. افراد ناشنوا یا دچار مشکلات شنوایی، لطفاً با شماره 711 ([Washington Relay](#)) تماس بگیرید یا به نشانی [civil.rights@doh.wa.gov](mailto:civil.rights@doh.wa.gov) ایمیل ارسال کنند.