

توصیه های CDC جهت سفر در بحران همه گیری کرونا

توصیه های کلی

- توصیه می شود تا زمان انجام کامل واکسیناسیون از انجام سفر -بخصوص سفرهای خارجی- خودداری شود.
 - در جهت پیشگیری از انتشار و گسترش ویروس کرونا، کلیه مسافرین موظف به اجرای موارد زیر می باشند:



- پوشیدن ماسک (پوشش کامل دهان و بینی) در مکان های عمومی



- خودداری از تجمعات و ازدحام جمعیت



- رعایت فاصله فیزیکی با افراد دیگر (حدود 2 متر)



- شستشوی مداوم دست ها و یا استفاده از ضدعفونی کننده های دست (حاوی الکل با حداقل غلظت 60٪)

- افرادی که واکسیناسیون کامل را دریافت کرده اند، احتمال پایین تری برای ابتلا به بیماری و نیز انتشار ویروس دارند. اما مسافرین بین المللی حتی در صورت واکسیناسیون نیز ممکن است با سویه های جدید ویروس آلوده شده و موجب انتشار آن گردند.



جدول مقایسه ای توصیه های سفر CDC در افراد واکسینه و غیر واکسینه

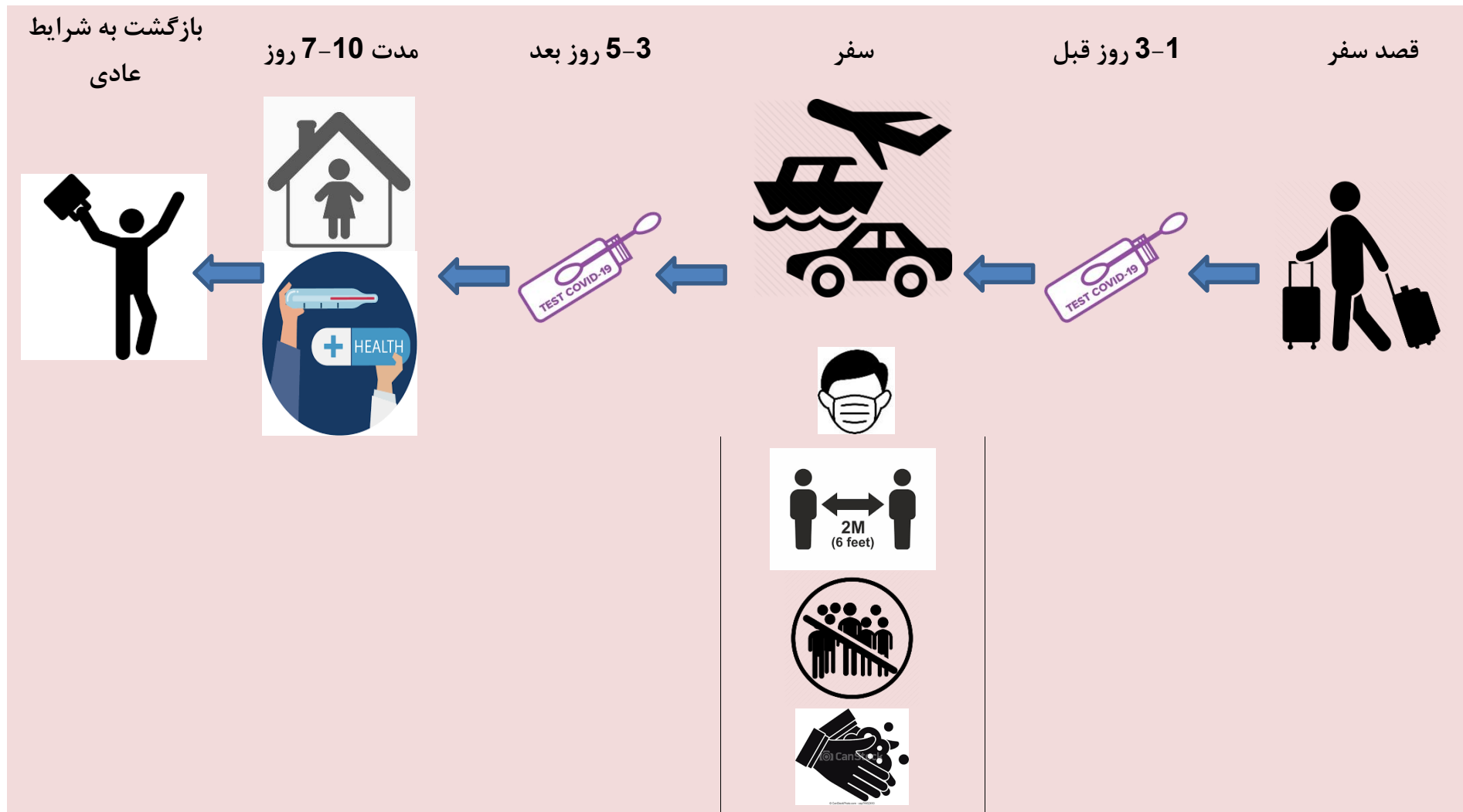
سفرهای خارجی (بین المللی)		سفرهای داخلی		توصیه ها
افرادی که هنوز واکسینه نشده اند	افرادی که واکسیناسیون کامل* دریافت کرده اند	افرادی که هنوز واکسینه نشده اند	افرادی که واکسیناسیون کامل ¹ دریافت کرده اند	
✓	✓	✓	✓	رعایت توصیه های کلی شامل پوشیدن ماسک، فاصله گذاری اجتماعی، خودداری از تجمعات، و شستشوی مداوم دست ها
✓ ²	—	✓	—	انجام تست 1-3 روز قبل از سفر
✓	✓ ³	✓	—	انجام تست 3-5 روز بعد از بازگشت از سفر
✓	—	✓	—	قرنطینه شخصی به مدت 7 روز پس از بازگشت از سفر ***در صورت عدم انجام تست بعد از بازگشت از سفر، قرنطینه شخصی به مدت 10 روز
✓	✓	✓	✓	پایش روزانه علائم و نشانه ها توسط خود فرد

¹ مقصود از "واکسیناسیون کامل" شرایطی است که فرد دوزهای کامل واکسن های مورد تایید را دریافت کرده و حداقل دو هفته از آخرین دوز وی گذشته باشد.

² بسته به قوانین کشور مقصد ممکن است نیاز به ملاحظات بیشتری وجود داشته باشد.

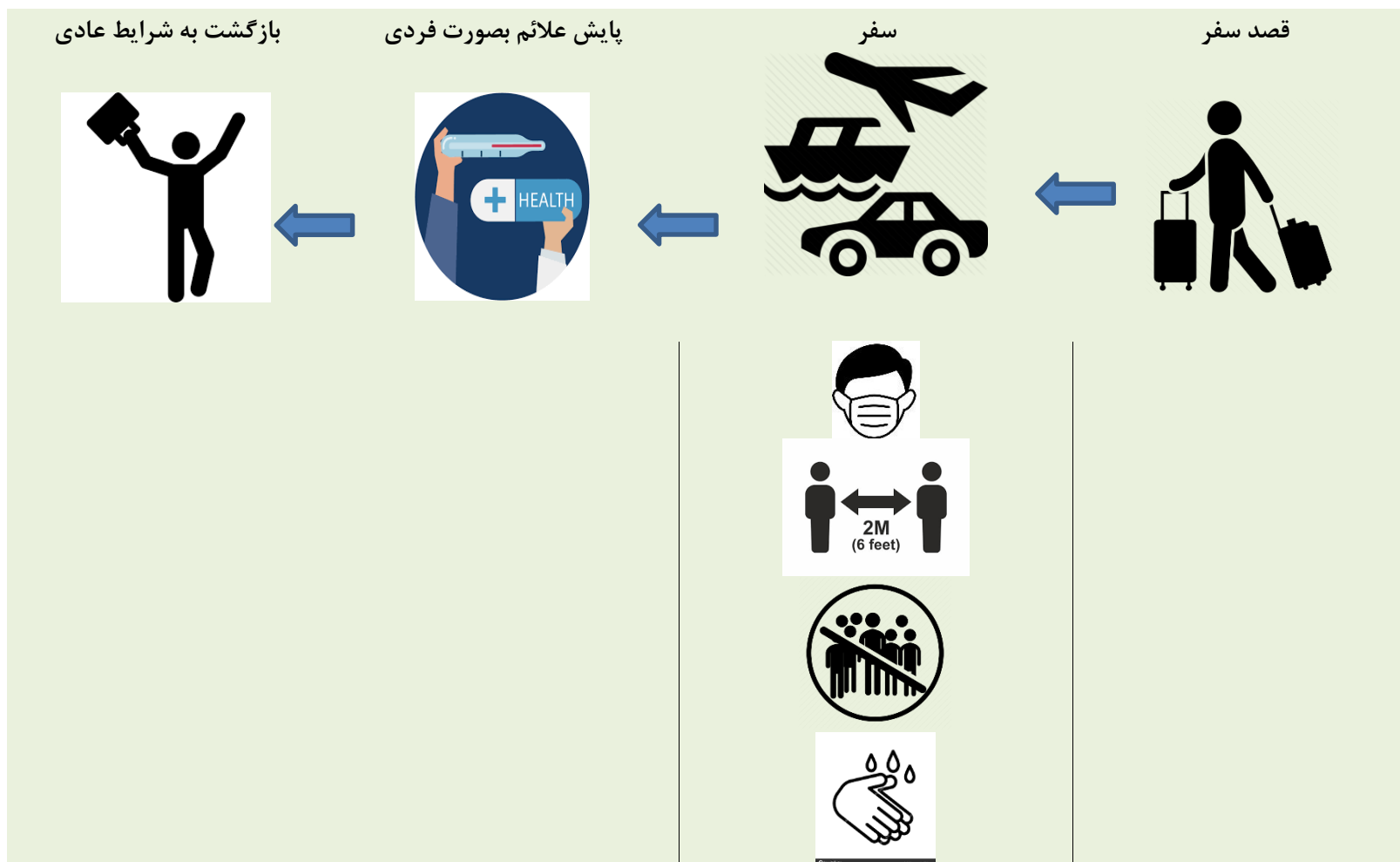
³ بدلیل احتمال آلوده شدن به سوش های جدید کووید-19- در سفر های خارجی، برای افراد واکسینه نیز پس از بازگشت از سفر توصیه به انجام تست شده است.

توصیه های CDC جهت سفر در بحران همه گیری کرونا برای افرادی که هنوز واکسینه نشده اند



توصیه های CDC جهت سفرهای داخلی در بحران همه گیری کرونا برای افرادی که

واکسیناسیون کامل دریافت کرده اند





چنانچه هر یک از علائم زیر در طول سفر و یا پس از بازگشت از سفر مشاهده شود، بایستی بلافاصله به پزشک مراجعه کرد:

طبقه بندی علائم عفونت کووید -19 بر اساس شدت

علائم خفیف	علائم متوسط	علائم شدید	بحرانی (Critical)
<ul style="list-style-type: none">• کلیه علائم متنوع کووید شامل:<ul style="list-style-type: none">• تب• گلودرد، گرفتگی یا آبریزش از بینی• سردرد• احساس کسالت و بی حالی• درد عضلانی، بدن درد• علائم گوارشی حاد نظیر اسهال• از دست رفتن حس بویایی / چشایی• سرفه بدون تنگی نفس و یا شواهد درگیری ریه در CT یا عکس قفسه سینه	<ul style="list-style-type: none">• وجود شواهدی در معاینه بالینی یا تصویر برداری ریه (CT, CXR) به نفع کووید-19• و اشباع اکسیژن (SPO2) در هوای اتاق 94 درصد	<ul style="list-style-type: none">• تعداد تنفس بالای 30 در دقیقه• SPO2 زیر 94 درصد در هوای اتاق• (در بیماران دچار هیپوکسمی مزمن: افت بیش از 3٪ در SPO2)• PaO2/FiO2 <300 mmHg• شواهد انفیلتراسیون بالای 50٪ در ریه	<ul style="list-style-type: none">• نارسایی تنفسی• شوک سپتیک• و یا شواهدی به نفع درگیری چند ارگانی

1. International Travel During COVID-19 Updated Apr. 2, 2021, <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/travelers/international-travel-during-covid19.html>. Accessed on 22 01 1400.
2. Domestic Travel During COVID-19, Updated Apr. 2, 2021, <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/travelers/travel-during-covid19.html>. Accessed on 22 01 1400.
3. Return to Work Criteria for Healthcare Personnel with SARS-CoV-2 Infection (Interim Guidance). Updated Feb. 16, 2021. <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/hcp/return-to-work.html>. Accessed on 22 01 1400