

Kwestionariusz przesiewowy dla szkół oraz przedszkoli i żłobków

Dla osób z obniżoną odpornością lub tych, które mieszkają w ośrodkach opieki zbiorowej o najwyższym stopniu zagrożenia

Ostatnio zaktualizowany: 31 sierpnia, 2022 roku

Data (mm-dd-rrrr) _____

Jeśli ankietowana osoba **NIE** jest osobą z obniżoną odpornością¹ lub nie mieszka w ośrodku opieki zbiorowej o najwyższym stopniu zagrożenia (na przykład szkoła przyszpitalna, program partnerstwa edukacyjno środowiskowego (Education and Community Partnership Program)), nie jest to dla niej właściwy kwestionariusz. Właściwy kwestionariusz jest dostępny na stronie <https://covid-19.ontario.ca/school-screening>.

Pracownicy, uczniowie, dzieci i odwiedzający powinni wypełnić kwestionariusz każdego dnia przed przyjściem do szkoły, przedszkola lub żłobka. W imieniu dziecka lub ucznia mogą go wypełnić jego rodzice albo opiekunowie.

Ktokolwiek, kto czuje się chory lub u kogo pojawiły się nowe, lub pogorszyły się istniejące objawy choroby, łącznie z tymi, które nie zostały wymienione w tym kwestionariuszu, powinien pozostać w domu przez co najmniej 24 godziny (lub 48 godzin jeśli wystąpiły nudności, wymioty i/lub biegunka) od momentu kiedy objawy zaczęły ustępować oraz, jeśli to konieczne szukać porady u personelu medycznego.

Pytania kontrolne

Możesz wybrać „Nie” w odpowiedzi na pytania 1, 2 i 3, na temat wszystkich objawów jeśli **wszystkie trzy poniższe stwierdzenia są prawdziwe:**

- Minęły co najmniej 24 godziny (48 godzin jeśli wystąpiły nudności, wymioty i/lub biegunka) od momentu, kiedy Twoje objawy zaczęły ustępować **oraz**
- Nie masz gorączki **oraz**
- Jeśli wyniki twojego testu na COVID-19 uzyskane za pomocą 1 testu PCR lub szybkiego testu molekularnego albo 2 szybkich testów antygenowych wykonanych w odstępie 24 do 48 godzin są negatywne.

1. Czy masz jakiegokolwiek z następujących objawów?

Proszę wybrać wszystkie objawy, które pojawiły się niedawno, które ulegają pogorszeniu i które nie są powiązane z innymi, znanymi wcześniej przyczynami albo problemami zdrowotnymi.

Gorączka i/lub dreszcze	<input type="checkbox"/> Tak	<input type="checkbox"/> Nie
Kaszel Nie związany z innymi, znanymi wcześniej przyczynami albo problemami zdrowotnymi (na przykład, przewlekła obturacyjna choroba płuc)	<input type="checkbox"/> Tak	<input type="checkbox"/> Nie
Duszności Nie związane z innymi, znanymi wcześniej przyczynami albo problemami zdrowotnymi (na przykład, astma, przewlekła obturacyjna choroba płuc, przewlekła niewydolność serca)	<input type="checkbox"/> Tak	<input type="checkbox"/> Nie
Częściowa lub całkowita utrata smaku lub węchu Nie związana z innymi, znanymi wcześniej przyczynami albo problemami zdrowotnymi (na przykład, polipy nosa, alergie, schorzenia neurologiczne)	<input type="checkbox"/> Tak	<input type="checkbox"/> Nie

Jeśli odpowiedziałeś(-aś) NIE na wszystkie pytania o objawy, przejdź do następnego pytania.

1. Do przykładów przyczyn i schorzeń **obniżających odporność** należą chemioterapia nowotworowa, nie leczone zakażenie HIV z ilością limfocytów CD4 T mniejszą niż 200, zespół pierwotnych złożonych niedoborów odporności, przyjmowanie dziennie prednisonu w dawce większej niż 20 mg (lub równowartości) dłużej niż 14 dni oraz przyjmowanie innych leków obniżających odporność. Na potrzeby tego kwestionariusza przesiewowego, czynniki takie jak zaawansowany wiek, cukrzyca i ostatnie stadium choroby nerek nie są na ogół traktowane jako schorzenia obniżające odporność.

Jeśli odpowiedziałeś(-aś) TAK na którykolwiek z objawów w pytaniu 1 nie idź do szkoły ani przedszkola czy żłobka oraz:

- Jeśli dostępne są testy na COVID-19, zachęcamy do przetestowania się za pomocą 1 testu PCR lub szybkiego testu molekularnego (jeśli wskazany) albo 2 szybkich testów antygenowych wykonanych w odstępie 24 do 48 godzin (drugi nie jest potrzebny jeśli pierwszy wyszedł pozytywnie).
- Jeżeli jesteś osobą o podwyższonym ryzyku ciężkiego przebiegu choroby, powinieneś(-naś) się jak najszybciej przetestować mając na uwadze ramy czasowe rozpoczęcia leczenia na COVID-19. Korzyścią płynącą z dostępnych terapii może być uniknięcie ciężkiego przebiegu choroby. Obecnie, pozytywny wynik szybkiego testu antygenowego wystarcza do rozpoczęcia leczenia na COVID-19 u uprawnionych osób i nie musi być on potwierdzony testem PCR lub szybkim testem molekularnym. Dowiedz się więcej na temat opcji testowania i leczenia na COVID-19 na stronie <https://covid-19.ontario.ca/covid-19-clinical-assessments-and-testing>.
- Jeśli dostępne były testy i miałeś(-aś) negatywny wynik testu wykonanego za pomocą 1 testu PCR lub szybkiego testu molekularnego albo 2 szybkich testów antygenowych wykonanych w odstępie 24 do 48 godzin, możesz wrócić do szkoły, przedszkola lub żłobka jeśli minęły co najmniej 24 godziny od czasu gdy Twoje objawy zaczęły ustępować (lub 48 godzin, jeśli wystąpiły nudności, wymioty i/lub biegunka) i jeśli nie masz gorączki.
 - Przez 10 dni po pojawieniu się pierwszych objawów możesz się dodatkowo zabezpieczyć przed zakażeniem innymi wirusami dróg oddechowych krążącymi w naszej społeczności, w następujący sposób:
 - noś dobrze przylegającą maseczkę we wszystkich miejscach publicznych (w tym w szkole i przedszkolu lub żłobku)
 - unikaj zajęć, które nie są konieczne a do których trzeba zdjąć maseczkę (na przykład, gra na instrumencie dętym na lekcji muzyki albo zdejmowanie maseczki do zajęć sportowych, jedzenie poza domem)
 - unikaj składania wizyt komukolwiek, kto ma obniżoną odporność lub jest w grupie zwiększonego ryzyka zachorowania (na przykład, seniorzy)
 - unikaj składania wizyt, jeśli nie są konieczne w miejscach najwyższego ryzyka, takich jak szpitale i domy opieki
- Jeśli nie przetestujesz się na COVID-19 lub jeśli będziesz mieć pozytywny wynik testu na COVID-19 **zostań w domu (odizoluj się) i nie uczęszczaj do szkoły lub przedszkola czy żłobka przez co najmniej 10 dni** oraz dopóki nie przejdzie Ci gorączka a Twoje objawy będą ustępowały od co najmniej 24 godzin (48 godzin jeśli wystąpiły nudności, wymioty i/lub biegunka). Nie wychodź z domu w celach innych niż poddanie się testowi, pójście do centrum badań klinicznych lub z powodu nagłej potrzeby medycznej. Jeśli masz poważne objawy takie jak ból w klatce piersiowej lub trudności z oddychaniem zgłoś się do najbliższego oddziału pogotowia.
 - Prosimy zauważyć, że jeśli wynik testu na COVID-19 był pozytywny należy się odizolować na 10 dni nawet jeśli w czasie trwania izolacji wynik późniejszego testu będzie negatywny

Uwaga: Czas trwania izolacji może się zmienić na podstawie zaleceń medycznych.

- Przez 10 dni od ostatniego kontaktu z osobą z objawami COVID-19 rodzzeństwo i pozostałe osoby mieszkające z Tobą, powinni:
 - sprawdzać czy nie mają objawów. Jeśli zauważą u siebie jakiegokolwiek objawy COVID-19, powinni natychmiast odizolować się i zgłosić na testy jeśli jest to wskazane
 - nosić dobrze przylegającą maseczkę we wszystkich miejscach publicznych (w tym w szkole, przedszkolu lub żłobku)
 - unikać zajęć, które nie są konieczne a do których trzeba zdejmować maseczkę (na przykład, gra na instrumencie dętym na lekcji muzyki albo zdejmowanie maseczki do zajęć sportowych, jedzenie poza domem)
 - unikać składania wizyt komukolwiek, kto ma obniżoną odporność lub u kogo może występować zwiększone ryzyko zachorowania (na przykład, seniorzy)
 - unikać składania wizyt, jeśli nie są konieczne w miejscach najwyższego ryzyka, takich jak szpitale i domy opieki

Bez względu na negatywne wyniki testów na COVID-19, te środki ostrożności mogą być dodatkowym zabezpieczeniem przed rozprzestrzenianiem się COVID-19 i innych wirusów dróg oddechowych krążących w naszej społeczności.

- Nie musisz dzisiaj zajmować się pozostałymi pytaniami kwestionariusza. Wypełnij kwestionariusz przesiewowy ponownie każdego dnia przed pójściem do szkoły, przedszkola lub żłobka.

2. Czy masz jakiegokolwiek z następujących objawów?

Wybierz wszystkie objawy, które pojawiły się niedawno, które ulegają pogorszeniu i które nie wiążą się z innymi, znanymi wcześniej przyczynami albo problemami zdrowotnymi.

Ból mięśni lub ból stawów

Tak Nie

Nie związany z innymi, znanymi wcześniej przyczynami albo problemami zdrowotnymi (na przykład, przyjęcie w ostatnich 48 godzinach szczepionki przeciw COVID-19 i/lub przeciw grypie, choroba zwyrodnieniowa stawów, fibromialgia).

Ekstremalne zmęczenie

Tak Nie

Ogólne złe samopoczucie, brak energii nie powiązane z innymi, znanymi wcześniej przyczynami albo problemami zdrowotnymi (na przykład, przyjęcie w ostatnich 48 godzinach szczepionki przeciw COVID-19 i/lub przeciw grypie, depresja, bezsenność, zaburzenia funkcjonowania tarczycy, anemia, nowotwór)

Ból gardła

Tak Nie

Ból przy przełykaniu lub problemy z przełykaniem, nie związane z innymi, znanymi wcześniej przyczynami albo problemami zdrowotnymi (na przykład, katar sphywający do gardła, choroba refluksowa)

Katar lub zatłany nos

Tak Nie

Nie związany z innymi, znanymi wcześniej przyczynami albo problemami zdrowotnymi (na przykład, alergie sezonowe, przebywanie na zewnątrz gdy jest zimno, przewlekłe zapalenie zatok)

Ból głowy

Tak Nie

Nie związany z innymi, znanymi wcześniej przyczynami albo problemami zdrowotnymi (na przykład, przyjęcie w ostatnich 48 godzinach szczepionki przeciw COVID-19 i/lub przeciw grypie, napięciowe bóle głowy, nawracające migreny).

Nudności, wymioty i/lub biegunka

Tak Nie

Nie związane z innymi, znanymi wcześniej przyczynami albo problemami zdrowotnymi (na przykład, przejściowe wymioty z powodu stanów lękowych u dzieci, chroniczne zaburzenia równowagi, zespół jelita drażliwego, stan zapalny jelit, skutki uboczne leków)

Jeśli odpowiedziałeś(-aś) NIE na wszystko, przejdź do następnego pytania.

Jeśli odpowiedziałeś(-aś) TAK na dwa lub więcej z wymienionych w pytaniu 2. objawów, zastosuj się do zaleceń podanych pod "jeśli odpowiedziałeś(-aś) TAK na którykolwiek z objawów wymienionych w pytaniu 1."

Jeśli odpowiedziałeś(-aś) TAK na którykolwiek z objawów w pytaniu 2 nie idź do szkoły ani przedszkola czy żłobka oraz:

- Pozostań w domu przez co najmniej 24 godziny (48 godzin jeśli wystąpiły nudności, wymioty i/lub biegunka) od czasu kiedy objawy zaczęły ustępować i tak długo aż minie Ci gorączka.
- Rodzeństwo i pozostałe mieszkające z Tobą osoby nie muszą pozostawać w domu jeśli nie mają objawów.
- Nie musisz dzisiaj zajmować się pozostałymi pytaniami kwestionariusza. Wypełnij kwestionariusz przesiewowy ponownie każdego dnia przed pójściem do szkoły, przedszkola lub żłobka.

3. Czy masz jakiegokolwiek z następujących objawów?

Wybierz wszystkie objawy, które pojawiły się niedawno, które ulegają pogorszeniu i które nie wiążą się z innymi, znanymi wcześniej przyczynami albo problemami zdrowotnymi.

Ból brzucha

Tak Nie

Nie związany z innymi, znanymi wcześniej przyczynami albo problemami zdrowotnymi (na przykład, skurcze menstrualne, refluks żołądkowo-przełykowy)

Ostre zakaźne zapalenie spojówek

Tak Nie

Nie związane z innymi, znanymi wcześniej przyczynami albo problemami zdrowotnymi (na przykład, zapalenie powiek, nawracający jęczmień)

Częściowa lub całkowita utrata apetytu (tylko u małych dzieci) Tak Nie

Nie związana z innymi, znanymi wcześniej przyczynami albo problemami zdrowotnymi (na przykład, stany lękowe, zaparcia)

Jeśli odpowiedziałeś(-aś) NIE na wszystko, przejdź do następnego pytania.

Jeśli odpowiedziałeś(-aś) TAK na którykolwiek z objawów w pytaniu 3 nie idź do szkoły ani przedszkola czy żłobka oraz:

- Pozostań w domu przez co najmniej 24 godziny od momentu, od którego objawy zaczęły ustępować.
- Rodzeństwo i pozostałe mieszkające z Tobą osoby nie muszą pozostawać w domu jeśli nie mają objawów.
- Nie musisz dzisiaj zajmować się pozostałymi pytaniami kwestionariusza. Wypełniaj kwestionariusz przesiewowy ponownie każdego dnia przed pójściem do szkoły, przedszkola lub żłobka.

4. Czy powiedziano Ci, że obecnie powinieneś(-naś) przebywać na kwarantannie, w izolacji, Tak Nie pozostawać w domu lub nie uczęszczać do szkoły, przedszkola lub żłobka?

Mogłoby to być powiedziane między innymi przez lekarza, pracownika służby zdrowia, sanepid, federalną straż graniczną lub inne organy rządowe.

Prosimy zwrócić uwagę na wymagania federalne (<https://travel.gc.ca/travel-covid>) dla osób wyjeżdżających poza Kanadę nawet jeśli są one zwolnione z obowiązku kwarantanny.

Jeśli odpowiedziałeś(-aś) NIE, przejdź do następnego pytania.

Jeśli odpowiedziałeś(-aś) TAK na pytanie 4., nie idź do szkoły, przedszkola lub żłobka oraz:

- Nie wychodź z domu w celach innych niż poddanie się testowi, pójście do centrum badań klinicznych lub z powodu nagłej potrzeby medycznej.
- Stosuj się do wszelkich innych porad lub wskazówek, których Ci udzielono
- Rodzeństwo i pozostałe mieszkające z Tobą osoby nie muszą pozostawać w domu, chyba że im również powiedziano, że mają pozostać na kwarantannie, w izolacji lub zostać w domu.
- Nie musisz dzisiaj zajmować się pozostałymi pytaniami kwestionariusza. Wypełniaj kwestionariusz przesiewowy ponownie każdego dnia przed pójściem do szkoły, przedszkola lub żłobka.

5. Czy w ostatnich 10 dniach wyszedł Ci pozytywny wynik testu na COVID-19?

 Tak Nie

Obejmuje to pozytywny wynik testu na COVID-19 na podstawie testu laboratoryjnego PCR, szybkiego testu molekularnego, szybkiego testu antygenowego lub badania przy pomocy innego domowego zestawu testowego.

Jeśli odpowiedziałeś(-aś) NIE, przejdź do poniższej sekcji „Jeśli odpowiedziałeś(-aś) nie na wszystkie pytania.”

Jeśli odpowiedziałeś(-aś) TAK, nie idź do szkoły, przedszkola lub żłobka oraz:

- Powinieneś(-naś) pozostać w izolacji i nie uczęszczać do szkoły, przedszkola lub żłobka przez co najmniej **10 dni**.
- Jeśli pojawiają się u Ciebie objawy, nie chodź do szkoły, przedszkola lub żłobka przez co najmniej **10 dni** oraz dopóki nie przejdzie Ci gorączka a Twoje objawy będą ustępowały od co najmniej 24 godzin (48 godzin jeśli wystąpiły nudności, wymioty i/lub biegunka). Nie wychodź z domu w celach innych niż pójście do centrum badań klinicznych lub z powodu nagłej potrzeby medycznej.

Uwaga: Czas trwania izolacji może się zmienić na podstawie zaleceń medycznych.

- Jeśli jesteś osobą o podwyższonym ryzyku ciężkiego przebiegu choroby, skontaktuj się ze swoim lekarzem bo możesz kwalifikować się do leczenia na COVID-19.
- Rodzeństwo oraz pozostałe osoby mieszkające z Tobą, przez 10 dni po ostatnim kontakcie z osobą, które miały pozytywny wynik testu na COVID-19 powinny:
 - sprawdzać czy nie mają objawów. Jeśli zauważą u siebie jakiegokolwiek objawy COVID-19, powinny natychmiast odizolować się i zgłosić na testy jeśli jest to wskazane
 - nosić dobrze przylegającą maseczkę we wszystkich miejscach publicznych (w tym w szkole, przedszkolu lub żłobku)
 - unikać zajęć, które nie są konieczne a do których trzeba zdejmować maseczkę (na przykład, gra na instrumencie dętym na lekcji muzyki albo zdejmowanie maseczki do zajęć sportowych, jedzenie poza domem)

- unikać składania wizyt komukolwiek kto ma obniżoną odporność lub może być osobą o zwiększonym ryzyku zachorowania (np., seniorzy)
- unikać składania wizyt, jeśli nie są konieczne w miejscach najwyższego ryzyka, takich jak szpitale i domy opieki

Jeśli odpowiedziałeś(-aś) NIE na wszystkie pytania możesz chodzić do szkoły, przedszkola lub żłobka.

Jeśli czujesz, że chorujesz lub nie czujesz się dobrze powinieneś(-naś) zostać w domu, nawet jeśli masz inne niż wymienione tutaj objawy. Skontaktuj się ze swoim lekarzem, jeśli to konieczne. Osoby z poważnymi objawami, które wymagają natychmiastowej opieki lekarskiej powinny udać się do najbliższego oddziału pogotowia ratunkowego.

Wypełniaj kwestionariusz przesiewowy ponownie każdego dnia przed pójściem do szkoły, przedszkola lub żłobka.

Jeśli zidentyfikowano Cię jako osobę bliskiego kontaktu z osobą z objawami lub chorą na COVID-19 to przez 10 dni po ostatnim kontakcie z tą osobą:

- noś dobrze przylegającą maseczkę we wszystkich miejscach publicznych (w tym w szkole, przedszkolu lub żłobku)
- unikaj zajęć, które nie są konieczne a do których trzeba zdjąć maseczkę (na przykład, gra na instrumencie dętym na lekcji muzyki albo zdejmowanie maseczki do zajęć sportowych)
- unikać składania wizyt komukolwiek kto ma obniżoną odporność lub może być osobą o zwiększonym ryzyku zachorowania (np., seniorzy);
- unikać składania wizyt, jeśli nie są konieczne w miejscach najwyższego ryzyka, takich jak szpitale i domy opieki.

Bez względu na negatywne wyniki testów na COVID-19, te środki ostrożności mogą być dodatkowym zabezpieczeniem przed rozprzestrzenianiem się COVID-19 i innych wirusów dróg oddechowych krążących w naszej społeczności.

Jeśli w ciągu ostatnich 48 godzin przyjąłeś(-aś) szczepionkę przeciw COVID-19 lub grypie i odczuwasz łagodne zmęczenie, bóle mięśni / stawów i/lub ból głowy:

- Powinieneś(-naś) nosić dobrze przylegającą maseczkę przez cały czas pobytu w szkole, przedszkolu lub żłobku, jeśli odczuwasz łagodne zmęczenie, bóle mięśni i/lub stawów, które zaczęły się dopiero po szczepieniu.
- Jeśli nastąpi pogorszenie Twoich objawów, będą odczuwalne po upływie 48 godzin lub jeśli pojawią się inne objawy: należy natychmiast opuścić szkołę, przedszkole lub żłobek.

Jeśli w ostatnich 14. dniach wyjeżdżałeś(-aś) poza Kanadę

- Po powrocie do Kanady musisz stosować się do wytycznych federalnych (<https://travel.gc.ca/travel-covid>) nawet jeśli nie wymagano od Ciebie pozostania na kwarantannie.

Porady na temat zdrowia i bezpieczeństwa

Zniesienie na terenie prowincji wymogów związanych z COVID-19 nie oznacza, że ryzyko zakażenia zniknęło. W dalszym ciągu musimy robić to co do nas należy aby chronić siebie i innych przed COVID-19. Wliczamy w to przestrzeganie zasad higieny i noszenie maseczki tam gdzie jest to zalecane lub wymagane.

Zaszczep się przeciw COVID-19 i przyjmuj inne rutynowe szczepienia według wskazań.

Szczepienia są bezpiecznym, skutecznym i najlepszym sposobem by chronić siebie i ludzi dookoła nas przed chorobami zakaźnymi. Dowiedz się więcej na stronie: <https://www.ontario.ca/page/vaccines>