

Screening tool para sa paaralan at day care

Para sa mga indibidwal na immunocompromised o nakatira sa isang congregate care na pasilidad kung saan napakataas ang panganib na mahawa

Huling Binago: Agosto 31, 2022

Petsa (mm-dd-yyyy) _____

Kung ang indibidwal na ini-screen ay **HINDI immunocompromised¹** o nakatira sa isang congregate care na pasilidad kung saan napakataas ang panganib na mahawa (halimbawa, isang paaralan sa ospital, isang Education and Community Partnership Program), hindi ito ang tamang screening tool. Ang tamang tool ay makikita sa <https://covid-19.ontario.ca/school-screening>.

Ang mga tauhan, mag-aaral, bata, at bisita ay dapat mag-screen araw-araw bago pumunta sa paaralan o day care. Maaaring punan ito ng (mga) magulang/tagapag-alaga para sa mag-aaral o bata.

Ang sinumang nakakaramdam ng sakit o may anumang bago o lumalalang sintomas ng karamdaman, kabilang ang mga hindi nakalista sa screening tool na ito, ay dapat manatili sa bahay hanggang sa bumuti ang mga sintomas nila nang hindi bababa sa 24 na oras (o 48 oras kung naduduwal, nagsusuka, at/o nagtatae) at magpatingin sa kanilang doktor kung kailangan.

Mga tanong sa screening

Para sa mga tanong 1, 2, at 3, maaari ninyong piliin ang "Hindi" sa lahat ng sintomas kung **lahat ng tatlong** ito ay naaangkop:

- Ang inyong mga sintomas ay bumubuti nang hindi bababa sa 24 na oras (48 oras kung kayo ay naduwal, nagsuka, at/o nagtae) **at**
- Wala kayong lagnat **at**
- Nagnegatibo kayo para sa COVID-19 sa 1 PCR test o rapid molecular test o 2 rapid antigen test na kinuha nang 24 hanggang 48 oras ang pagitan.

1. Mayroon ba kayong alinman sa mga sintomas na ito?

Piliin ang alinman o lahat na bago, lumalala, at hindi nauugnay sa ibang kilalang mga sanhi o kondisyon.

Lagnat at/o pangangatog Oo Hindi

Ubo Oo Hindi

Hindi nauugnay sa ibang kilalang mga sanhi o kondisyon (halimbawa, chronic obstructive pulmonary disease)

Pangangapos na hininga Oo Hindi

Hindi nauugnay sa ibang kilalang mga sanhi o kondisyon (halimbawa, hika, chronic obstructive pulmonary disease, nagtatagal na sakit sa puso)

Paghina o pagkawala ng panlasa o pang-amoy Oo Hindi

Hindi nauugnay sa ibang kilalang mga sanhi o kondisyon (halimbawa, mga bumubukol na laman sa loob ng ilong o mga nasal polyp, mga alerdyi, neurolohikal na mga karamdaman)

Kung ang sinagot ninyo sa lahat ay HINDI, laktawan ang susunod na tanong.

1. Kabilang sa mga halimbawa ng **immune compromise** ay cancer chemotherapy, hindi ginagamot na impeksyon sa HIV na may CD4 T lymphocyte count na mas mababa sa 200, pinagsamang primary immunodeficiency disorder, pag-inom ng higit sa 20 mg/araw (o katumbas) ng prednisone nang higit sa 14 na araw, at pag-inom ng iba pang mga immune suppressive na gamot. Para sa screening tool na ito, ang mga salik tulad ng katandaan, diyabetis, at malubhang sakit sa bato ay karaniwang hindi itinuturing na immunocompromised.

Kung OO ang sagot ninyo sa alinman sa mga sintomas sa tanong 1, huwag pumunta sa paaralan o day care at:

- Kung available ang COVID-19 testing, hinihikayat kayong magpa-test gamit ang 1 PCR o rapid molecular test (kung angkop) o 2 rapid antigen test na kinuha nang 24 hanggang 48 oras ang pagitan (hindi kailangan ang pangalawang test kung positibo sa una).
- Kung kayo ay nasa mas mataas na panganib na magkaroon ng malubhang karamdaman, dapat kayong magpa-test sa lalong madaling panahon ayon sa takdang panahon para sa pagtanggap ng paggamot sa COVID-19. Maaari kayong makinabang mula sa available na paggamot para maiwasan ang malubhang karamdaman. Sa ngayon, sapat na ang positibong resulta sa rapid antigen test para simulan ang paggamot sa COVID-19, para sa mga naaangkop, at hindi kailangang kumpirmahin ng PCR o rapid molecular test. Alamin ang higit pa tungkol sa COVID-19 testing at mga opsyon sa paggamot sa <https://covid-19.ontario.ca/covid-19-clinical-assessments-and-testing>.
- Kung available ang COVID-19 testing at negatibo ang resulta ninyo mula sa 1 PCR test o rapid molecular test, o mula sa 2 rapid antigen test na kinuha nang 24 hanggang 48 oras ang pagitan, maaari kayong bumalik sa paaralan/day care kung nakalipas na ang hindi bababa sa 24 na oras mula nang magsimulang bumuti ang iyong mga sintomas (o 48 oras kung kayo naduwal, nagsuka, at/o nagtae) at wala kayong lagnat.
 - Sa loob ng 10 araw pagkatapos magsimula ang inyong mga sintomas, ang mga sumusunod na hakbang ay maaaring maging karagdagang proteksiyon laban sa pagkalat ng iba pang mga respiratory virus na kumakalat sa komunidad:
 - magsuot ng mask na maayos ang pagkakalapat sa lahat ng pampublikong lugar (kabilang ang paaralan at day care)
 - iwasan ang di-mahahalagang aktibidad kung saan kailangan ninyong tanggalin ang inyong mask (halimbawa, pagtugtog ng instrumentong hinihipan sa music class o pagtanggap ng inyong mask para sa sports; pagkain sa labas)
 - iwasang bumisita sa sinumang immunocompromised o maaaring nasa mas mataas na panganib na magkasakit (halimbawa, mga senior)
 - iwasan ang di-mahahalagang pagbisita sa mga lugar na may napakataas na panganib tulad ng mga ospital at mga long-term care home
- Kung hindi kayo magpapa-test para sa COVID-19 o kung nagpositibo kayo para sa COVID-19, **manatili sa bahay (mag-isolate) at huwag pumasok sa paaralan o pumunta sa day care nang hindi bababa sa 10 araw** at hanggang sa wala na rin kayong lagnat at ang inyong mga sintomas ay bumubuti na nang hindi bababa sa 24 na oras (48 oras kung kayo ay naduwal, nagsuka, at/o nagtae). Huwag umalis ng bahay maliban kung magpapa-test, magpapatingin sa isang klinika, o may medikal na emergency. Kung mayroon kayong malalang sintomas tulad ng pananakit ng dibdib o hirap sa paghinga, pumunta sa pinakamalapit na emergency department.
 - Pakitandaan na kung nagpositibo kayo sa COVID-19, dapat kayong mag-isolate sa loob ng 10 araw kahit na pagkatapos ay magnegatibo na kayo habang naka-isolate

Paalala: Ang tagal ng pag-a-isolate ay maaaring magbago depende sa tagubilin ng inyong doktor.

- Dapat gawin ng inyong mga kapatid at ibang taong kasama ninyo sa bahay ang mga sumusunod sa loob ng 10 araw pagkatapos ng kanilang huling pagkakalantad sa taong may mga sintomas ng COVID-19:
 - subaybayan ang sarili para sa mga sintomas. Dapat agad nilang i-isolate ang sarili nila kung magkaroon sila ng anumang sintomas ng COVID-19 at magpa-test kung naaangkop
 - magsuot ng mask na maayos ang pagkakalapat sa lahat ng pampublikong lugar (kabilang ang paaralan at day care)
 - iwasan ang di-mahahalagang aktibidad kung saan kailangan nilang tanggalin ang mask nila (halimbawa, pagtugtog ng instrumentong hinihipan sa music class o pagtanggap ng mask nila para sa sports; pagkain sa labas)
 - iwasan ang di-mahahalagang pagbisita sa sinumang immunocompromised o maaaring nasa mas mataas na panganib na magkasakit (halimbawa, mga senior)
 - iwasan ang di-mahahalagang pagbisita sa mga lugar na may napakataas na panganib tulad ng mga ospital at mga long-term care home

Kahit negatibo ang resulta sa pagpapa-test para sa COVID-19, ang mga hakbang na ito ay maaaring maging karagdagang proteksiyon laban sa pagkalat ng COVID-19 at iba pang respiratory virus na kumakalat sa komunidad.

- Hindi ninyo kailangang suriin ang natitirang mga tanong sa tool na ito ngayong araw. Gamitin ulit ang screening tool bawat araw bago pumasok sa paaralan o pumunta sa day care.

2. Mayroon ba kayong alinman sa mga sintomas na ito?

Piliin ang alinman o lahat na bago, lumalala, at hindi nauugnay sa ibang kilalang mga sanhi o kondisyon na mayroon kayo.

Pananakit ng kalamnan o pananakit ng kasukasuan Oo Hindi
Hindi nauugnay sa ibang kilalang mga sanhi o kondisyon (halimbawa, pagpapabakuna para sa COVID-19 at/o flu sa nakalipas na 48 oras, osteoarthritis, fibromyalgia)

Labis na kapaguran Oo Hindi
Pangkalahatang pakiramdam ng hindi maganda, kawalan ng enerhiya, hindi nauugnay sa ibang kilalang mga sanhi o kondisyon (halimbawa, pagpapabakuna para sa COVID-19 at/o flu sa nakalipas na 48 oras, depresyon, problema sa pagtulog o insomnia, sakit sa thyroid, anemya, kalalaan o malignancy)

Masakit na lalamunan Oo Hindi
Masakit na paglunok o kahirapan sa paglunok, hindi nauugnay sa ibang kilalang mga sanhi o kondisyon (halimbawa, sobrang uhog sa ilong o post-nasal drip, sakit sa sikmura o acid reflux)

Sinisipon o baradong ilong Oo Hindi
Hindi nauugnay sa ibang kilalang mga sanhi o kondisyon (halimbawa, panapanahong mga alerdyi, nasa labas sa malamig na panahon, hindi gumagaling na pamamaga ng sinus o sinusitis)

Sakit ng ulo Oo Hindi
Hindi nauugnay sa ibang kilalang mga sanhi o kondisyon (halimbawa, pagpapabakuna para sa COVID-19 at/o flu sa nakalipas na 48 oras, sakit ng ulo dahil sa tensyon, paulit-ulit na matinding sakit ng ulo o migraine)

Pagduduwal, pagsusuka at/o pagtatae Oo Hindi
Hindi nauugnay sa ibang kilalang mga sanhi o kondisyon (halimbawa, pansamantalang pagsusuka dahil sa pagkabalisa sa mga bata, hindi gumagaling na pagkalula at walang balanse ng katawan o vestibular dysfunction, hindi matunawan at laging pagtatae o irritable bowel syndrome, pamamaga ng bituka o inflammatory bowel disease, mga side effect ng gamot)

Kung ang sinagot ninyo sa lahat ay HINDI, laktawan ang susunod na tanong.

Kung OO ang sagot ninyo sa dalawa o higit pa sa mga sintomas sa tanong 2, sundin ang gabay sa ilalim ng "kung ang sinabi ninyo ay OO sa alinmang sintomas sa tanong 1."

Kung OO ang sagot ninyo sa isa lang sa mga sintomas sa tanong 2, huwag pumunta sa paaralan o day care at:

- Manatili sa bahay hanggang ang inyong (mga) sintomas ay bumuti nang hindi bababa sa 24 na oras (o 48 oras kung kayo ay naduwal, nagsuka, o nagtae) at hangga't wala na kayong lagnat.
- Ang inyong mga kapatid o ibang taong kasama ninyo sa bahay ay hindi kailangang manatili sa bahay hangga't hindi sila nagkakaroon ng mga sintomas.
- Hindi ninyo kailangang suriin ang natitirang mga tanong sa tool na ito ngayong araw. Gamitin ulit ang screening tool bawat araw bago pumasok sa paaralan o pumunta sa day care.

3. Mayroon ba kayong alinman sa mga sintomas na ito?

Piliin ang alinman o lahat na bago, lumalala, at hindi nauugnay sa ibang kilalang mga sanhi o kondisyon na mayroon kayo.

Sakit sa tiyan Oo Hindi
Hindi nauugnay sa ibang kilalang mga sanhi o kondisyon (halimbawa, pamumulikat dahil sa pagreregla o menstrual cramps, sakit na dulot ng asidong nanggagaling mula sa bituka papunta sa lalaluman o gastroesophageal reflux disease)

Pamamaga at impeksyon sa mata (Pink eye) Oo Hindi

Hindi nauugnay sa ibang kilalang mga sanhi o kondisyon (halimbawa, pamamaga na talukap ng mata o blepharitis, paulit-ulit na pagkakaroon ng kuliti)

Nabawasan o nawala ang gana sa pagkain (mga bata lamang) Oo Hindi

Hindi nauugnay sa ibang kilalang mga sanhi o kondisyon (halimbawa, pagkabalisa, hirap sa pagdumi)

Kung ang sinagot ninyo sa lahat ay HINDI, laktawan ang susunod na tanong.

Kung OO ang sagot ninyo sa alinman sa mga sintomas sa tanong 3, huwag pumunta sa paaralan o day care at:

- Manatili sa bahay hanggang ang inyong (mga) sintomas ay bumuti nang hindi bababa sa 24 na oras.
- Ang inyong mga kapatid o ibang taong kasama ninyo sa bahay ay hindi kailangang manatili sa bahay hangga't hindi sila nagkakaroon ng mga sintomas.
- Hindi ninyo kailangang suriin ang natitirang mga tanong sa tool na ito ngayong araw. Gamitin ulit ang screening tool bawat araw bago pumasok sa paaralan o pumunta sa day care.

4. Sinabihan ba kayo na dapat kayong kasalukuyang nagkukuwarentenas, nag-a-isolate, nananatili sa bahay, o hindi pumapasok sa paaralan o pumupunta sa day care?

 Oo Hindi

Maaaring kabilang ang pagsabihan ng isang doktor, health care provider, yunit ng pampublikong kalusugan, federal border agent, o iba pang awtoridad ng gobyerno.

Pakitandaan na mayroong mga pederal na kahilingan (<https://travel.gc.ca/travel-covid>) para sa mga indibidwal na naglakbay sa labas ng Canada, kahit na hindi kinailangang magkuwarentenas.

Kung ang sinagot ninyo ay HINDI, laktawan ang susunod na tanong.

Kung ang sagot ninyo ay OO sa tanong 4, huwag pumunta sa paaralan o day care at:

- Manatili sa bahay at huwag umalis maliban kung magpapa-test, magpapatingin sa isang klinika, o may medikal na emergency.
- Sundin ang anumang iba pang patnubay o direksyon na ibinigay sa inyo
- Ang inyong mga kapatid at ibang taong kasama ninyo sa bahay ay hindi kailangang manatili sa bahay maliban kung sinabihan din silang magkuwarentenas, mag-isolate, o manatili sa bahay.
- Hindi ninyo kailangang suriin ang natitirang mga tanong sa tool na ito ngayong araw. Gamitin ulit ang screening tool bawat araw bago pumasok sa paaralan o pumunta sa day care.

5. Sa nakalipas na 10 araw, nagpositibo ba kayo sa COVID-19?

 Oo Hindi

Kabilang dito ang positibong resulta sa test para sa COVID-19 mula sa PCR test sa laboratoryo, rapid molecular test, rapid antigen test, o iba pang self-testing kit na pwedeng gawin sa bahay.

Kung sumagot kayo ng HINDI, lumaktaw sa seksyon sa ibaba na "Kung sumagot kayo ng 'hindi' sa lahat ng tanong."

Kung ang sagot ninyo ay OO, huwag pumunta sa paaralan o day care at:

- Dapat kayong mag-isolate at huwag pumasok sa paaralan/pumunta sa day care nang hindi bababa sa **10 araw**.
- Kung magkakaroon kayo ng mga sintomas, huwag pumasok sa paaralan o pumunta sa day care nang hindi bababa sa **10 araw** at hanggang sa wala na kayong lagnat at ang inyong mga sintomas ay bumubuti nang hindi bababa sa 24 na oras (48 oras para sa pagduduwal, pagsusuka, at/o pagtatae). Huwag umalis ng bahay maliban kung magpapatingin sa isang klinika o may medikal na emergency.

Paalala: Ang tagal ng pag-a-isolate ay maaaring magbago depende sa tagubilin ng inyong doktor.

- Kung kayo ay nasa mas mataas na panganib na magkaroon ng malubhang karamdaman, makipag-ugnayan sa inyong doktor dahil maaaring dapat kayong makatanggap ng paggamot sa COVID-19.
- Dapat gawin ng inyong mga kapatid at ibang taong kasama ninyo sa bahay ang mga sumusunod sa loob ng 10 araw pagkatapos ng kanilang huling pagkakalantad sa taong na-test na positibo sa COVID-19:
 - subaybayan ang sarili para sa mga sintomas. Dapat agad nilang i-isolate ang sarili nila kung magkaroon sila ng anumang sintomas ng COVID-19 at magpa-test kung naaangkop
 - magsuot ng mask na maayos ang pagkakalapat sa lahat ng pampublikong lugar (kabilang ang paaralan at day care)
 - iwasan ang di-mahahalagang aktibidad kung saan kailangan nilang tanggalin ang mask nila (halimbawa, pagtugtog ng instrumentong hinihipan sa music class o pagtanggap ng mask nila para sa sports; pagkain sa labas)
 - iwasan ang di-mahahalagang pagbisita sa sinumang immunocompromised o maaaring nasa mas mataas na panganib na magkasakit (halimbawa, mga senior)
 - iwasan ang di-mahahalagang pagbisita sa mga lugar na may napakataas na panganib tulad ng mga ospital at mga long-term care home

Kung HINDI ang sagot ninyo sa lahat ng tanong, maaari kayong pumunta sa paaralan/day care.

Kung may sakit kayo o hindi maganda ang pakiramdam, at may mga sintomas na hindi nakalista sa screening tool na ito, dapat kayong manatili sa bahay. Kumonsulta sa isang doktor kung kailangan. Ang mga indibidwal na may malulubhang sintomas na nangangailangan ng emergency na pangangalaga ay kinakailangang pumunta sa kanilang pinakamalapit na departamento ng emergency.

Gamitin ulit ang screening tool bawat araw bago pumasok sa paaralan o pumunta sa day care.

Kung kayo ay natukoy bilang isa na may nakasalamuhang taong may mga sintomas o may COVID-19, sa loob ng 10 araw pagkatapos ng inyong huling pagkakalantad sa taong iyon:

- magsuot ng mask na maayos ang pagkakalapat sa lahat ng pampublikong lugar (kabilang ang paaralan at day care)
- iwasan ang di-mahahalagang aktibidad kung saan kailangan ninyong tanggalin ang inyong mask (halimbawa, pagtugtog ng instrumentong hinihipan sa music class o pagtanggap ng inyong mask para sa sports)
- iwasan ang di-mahahalagang pagbisita sa sinumang immunocompromised o maaaring nasa mas mataas na panganib na magkasakit (halimbawa, mga senior);
- iwasan ang di-mahahalagang pagbisita sa mga lugar na may napakataas na panganib tulad ng mga ospital at mga long-term care home.

Kahit negatibo ang resulta sa pagpapa-test para sa COVID-19, ang mga hakbang na ito ay maaaring maging karagdagang proteksiyon laban sa pagkalat ng COVID-19 at iba pang respiratory virus na kumakalat sa komunidad.

Kung kayo ay nagpabakuna para sa COVID-19 o flu sa nakalipas na 48 oras at kayo ay medyo may pagkahapo, may pananakit ng kalamnan/kasukasuan, at/o sakit ng ulo:

- Dapat kayong magsuot ng mask na maayos ang pagkakalapat sa lahat ng panahon habang nasa paaralan/day care kung nakakaranas kayo ng medyo pagkahapo/pagkapagod, pananakit ng kalamnan, at/o pananakit ng kasukasuan na nagsimula lamang pagkatapos ng pagpapabakuna.
- Kung lumala ang inyong mga sintomas, magpatuloy ito sa susunod na 48 oras, o kung magkaroon kayo ng iba pang mga sintomas: dapat kayong umalis kaagad sa paaralan/day care.

Kung naglakbay kayo sa labas ng Canada sa nakalipas na 14 na araw

- Dapat ninyong sundin ang mga pederal na panuntunan (<https://travel.gc.ca/travel-covid>) pagkatapos bumalik sa Canada, kahit na hindi kayo kinakailangang magkuwarantenas.

Mga tip sa kalusugan at kaligtasan

Ang pag-aalis ng mga kahilingan o restriksiyon sa probinsiya ay hindi nangangahulugan na ang panganib para sa COVID-19 ay nawala na. Kailangan pa rin nating gawin ang ating bahagi para maprotektahan ang ating sarili at ang iba mula sa COVID-19. Kabilang dito ang pagsasagawa ng mahusay na kalinisan sa kamay at pagsusuot ng mask kung saan inirerekomenda o kinakailangan.

Magpabakuna para sa COVID-19 at para sa iba pang karaniwan immunization kapag naaangkop.

Ang mga bakuna ay ligtas, mabisa, at ang pinakamahusay na paraan para maprotektahan kayo at ang mga nasa paligid ninyo mula sa mga nakakahawang sakit. Alamin ang higit pa sa:

<https://www.ontario.ca/page/vaccines>