

Анкета для перевірки для шкіл і дитячих садків

Остання версія: 31 серпня 2022 р.

Дата (мм-дд-рррр) _____

Якщо особа, яка перевіряється, має ослаблений імунітет¹ або живе в умовах колективного догляду з найвищим ступенем ризику (наприклад, у лікарняній школі, за Програмою громадсько-освітнього партнерства (Education and Community Partnership Program)), ця анкета не призначена для неї. Анкету для такої особи можна знайти на <https://covid-19.ontario.ca/school-screening>.

Персонал, учні, діти та відвідувачі мають перевіряти себе щоденно перед відвідуванням школи чи дитячого садка. Заповнювати анкету замість дитини чи учня можуть батьки (опікуни).

Особа, яка почуввається хворою або має нові чи погіршені симптоми захворювання, зокрема такі, які не зазначені в цій анкеті, має залишатися вдома, поки її симптоми не будуть поліпшуватися протягом принаймні 24 годин (або 48 годин у разі нудоти, блювання та/чи діареї), і звернутися до свого постачальника медичних послуг за обстеженням, якщо необхідно.

Питання анкети

Для питань 1, 2 і 3 Ви можете вибрати "Ні" для всіх симптомів, якщо виконуються ці **дві** умови:

- Ваші симптоми покращуються протягом принаймні 24 годин (48 годин у разі нудоти, блювання та/чи діареї) **та**
- у Вас немає підвищеної температури.

1. Чи є у Вас будь-які з цих симптомів?

Відмітьте будь-які чи всі, які з'явилися чи погіршилися й не пов'язані з іншими відомими причинами чи вже наявними захворюваннями.

Жар та/чи озноб Так Ні

Кашель Так Ні

Не пов'язаний з іншими відомими причинами чи вже наявними захворюваннями (наприклад, хронічною обструктивною хворобою легень)

Утруднене дихання Так Ні

Не пов'язане з іншими відомими причинами чи вже наявними захворюваннями (наприклад, астмою, хронічною обструктивною хворобою легень, хронічною серцевою недостатністю)

Погіршення чи втрата здатності відчувати смак або запах Так Ні

Не пов'язані з іншими відомими причинами чи вже наявними захворюваннями (наприклад, носовими поліпами, алергією, неврологічними розладами)

Якщо Ви відповіли Ні на всі симптоми, перейдіть до наступного питання.

1. **Ослаблений імунітет** може бути в разі хіміотерапії раку, нелікованої ВІЛ-інфекції з кількістю CD4 Т-лімфоцитів менше 200, комбінованого первинного імунодефіциту, вживання більше ніж 20 мг/день (або еквівалента) преднізону протягом понад 14 днів та вживання інших імуносупресивних препаратів. У рамках цієї анкети такі чинники, як похилий вік, діабет і термінальна стадія ниркової недостатності, зазвичай не вважаються випадками ослабленого імунітету.

Якщо Ви відповіли ТАК на будь-який симптом у питанні 1, не йдіть до школи чи дитячого садка та:

- Залишайтеся вдома (самоізолюйтеся) і не відвідуйте школу/дитячий садок, поки у Вас не зникне підвищена температура й симптоми не почнуть покращуватися протягом принаймні 24 годин (48 годин у разі нудоти, блювання та/чи діареї). Виходьте з дому тільки для проходження тесту, відвідування медичного центру, який пропонує тестування, або отримання невідкладної медичної допомоги. Якщо у Вас є важкі симптоми, такі як біль у грудях або утруднене дихання, зверніться до найближчого відділення швидкої допомоги.
- Якщо тестування на COVID-19 є доступним і у Вас є високий ризик розвитку тяжкого ступеня захворювання, Вам необхідно зробити 1 ПЛР-тест чи швидкий молекулярний тест (якщо застосовно) або 2 швидкі тести на антиген, зроблені через 24-48 годин один після одного (якщо перший тест є позитивним, другий тест робити не потрібно).
- Якщо Ви маєте високий ризик розвитку тяжкого ступеня захворювання, необхідно якнайшвидше зробити тест, з огляду на період лікування від COVID-19. Ви можете скористатися доступним лікуванням для попередження тяжкого ступеня захворювання. На цьому етапі позитивного швидкого тесту на антиген достатньо для початку лікування від COVID-19 належних осіб, і його не потрібно підтверджувати швидким молекулярним чи ПЛР-тестом. Докладнішу інформацію щодо тестів на COVID-19 та варіантів лікування можна подивитись на <https://covid-19.ontario.ca/covid-19-clinical-assessments-and-testing>.
- Додаткові запобіжні заходи протягом 10 днів після появи симптомів:
 - носити маску, яка добре прилягає до обличчя, у всіх громадських місцях (зокрема, школах і дитячих садках)
 - уникати несуттєвих видів діяльності, задля яких необхідно знімати маску (наприклад, грати на духових інструментах на уроці музики, знімати маску для спортивних занять, їсти в громадських місцях)
 - уникати зустрічей з особами з ослабленим імунітетом або підвищеним ризиком захворювання (наприклад, з літніми людьми)
 - уникати необов'язкового відвідування місць із високим ризиком захворювання, наприклад, лікарень та закладів довгострокового догляду

Примітка: ті, хто отримав негативний результат тесту на COVID-19, можуть вживати цих додаткових заходів із метою попередження розповсюдження COVID-19 та інших респіраторних вірусів у громаді.

- Брати, сестри та інші особи, з якими Ви мешкаєте, протягом 10 днів із моменту останнього контакту з особою, яка має симптоми COVID-19, мають робити таке:
 - спостерігати за своїми симптомами. Якщо в них з'явилися будь-які симптоми COVID-19, вони мають негайно ізолюватися та зробити тест, якщо належить
 - носити маску, яка добре прилягає до обличчя, у всіх громадських місцях (зокрема, школах і дитячих садках)
 - уникати несуттєвих видів діяльності, задля яких необхідно знімати маску (наприклад, грати на духових інструментах на уроці музики, знімати маску для спортивних занять, їсти в громадських місцях)
 - уникати необов'язкових зустрічей з особами з ослабленим імунітетом або підвищеним ризиком захворювання (наприклад, з літніми людьми)
 - уникати необов'язкового відвідування місць із високим ризиком захворювання, наприклад, лікарень та закладів довгострокового догляду

Примітка: незалежно від результатів тесту на COVID-19, цих додаткових заходів можна вживати з метою попередження розповсюдження COVID-19 та інших респіраторних вірусів у громаді.

- Вам не потрібно відповідати на решту питань анкети сьогодні. Перевіряйте себе за допомогою цієї анкети кожного дня перед відвідуванням школи чи дитячого садка.

2. Чи є у Вас будь-які з цих симптомів?

Відмітьте будь-які чи всі, які з'явилися чи погіршилися й не пов'язані з іншими відомими причинами чи вже наявними захворюваннями.

Біль у м'язах чи суглобах

Так Ні

Не пов'язаний з іншими відомими причинами чи вже наявними захворюваннями (наприклад, вакцинуванням від COVID-19 та/чи щепленням від грипу за останні 48 годин, остеоартритом, фіброміалгією)

Надмірна втома Так Ні

Загальне погане самопочуття, брак енергії, не пов'язані з іншими відомими причинами чи вже наявними захворюваннями (наприклад, вакцинуванням від COVID-19 та/чи щепленням від грипу за останні 48 годин, депресією, безсонням, дисфункцією щитовидної залози, анемією, злоякісними пухлинами)

Біль у горлі Так Ні

Болісне або утруднене ковтання, не пов'язане з іншими відомими причинами чи вже наявними захворюваннями (наприклад, постназальним затіканням, кислотним рефлюксом)

Нежить або закладений/забитий ніс Так Ні

Не пов'язані з іншими відомими причинами чи вже наявними захворюваннями (наприклад, сезонною алергією, перебуванням на вулиці в холодну погоду, хронічним синуситом)

Головний біль Так Ні

Не пов'язаний з іншими відомими причинами чи вже наявними захворюваннями (наприклад, вакцинуванням від COVID-19 та/чи щепленням від грипу за останні 48 годин, головним болем напруги, хронічною мігренню)

Нудота, блювання та/чи діарея Так Ні

Не пов'язані з іншими відомими причинами чи вже наявними захворюваннями (наприклад, короточасним блюванням через занепокоєння в дітей, хронічною вестибулярною дисфункцією, синдромом подразненого кишківника, запальним захворюванням кишківника, побічними ефектами від приймання ліків)

Якщо Ви відповіли НІ на всі симптоми, перейдіть до наступного питання.

Якщо Ви відповіли ТАК на два чи більше симптомів у питанні 2, виконуйте рекомендації, надані в пункті «якщо Ви відповіли ТАК на будь-які симптоми в питанні 1».

Якщо Ви відповіли ТАК тільки на один симптом у питанні 2, не йдіть до школи чи дитячого садка та:

- Залишайтеся вдома, поки Ваші симптоми не почнуть покращуватися протягом принаймні 24 годин (або 48 годин у разі нудоти, блювання та/чи діареї) та не зникне підвищена температура.
- Брати, сестри та інші особи, з якими Ви мешкаєте, можуть не залишатися вдома, якщо в них немає симптомів.
- Вам не потрібно відповідати на решту питань анкети сьогодні. Перевіряйте себе за допомогою цієї анкети кожного дня перед відвідуванням школи чи дитячого садка.

3. Чи є у Вас будь-які з цих симптомів?

Відмітьте будь-які чи всі, які з'явилися чи погіршилися й не пов'язані з іншими відомими причинами чи вже наявними захворюваннями.

Біль у животі Так Ні

Не пов'язаний з іншими відомими причинами чи вже наявними захворюваннями (наприклад, менструальним болем, гастрозофагеальною рефлюксною хворобою)

Кон'юнктивіт Так Ні

Не пов'язаний з іншими відомими причинами чи вже наявними захворюваннями (наприклад, блефаритом, рецидивним ячменем)

Зниження чи брак апетиту (тільки в малих дітей) Так Ні

Не пов'язані з іншими відомими причинами чи вже наявними захворюваннями (наприклад, занепокоєнням, закрепом)

Якщо Ви відповіли НІ на всі симптоми, перейдіть до наступного питання.

Якщо Ви відповіли ТАК на будь-який симптом у питанні 3, не йдіть до школи чи дитячого садка та:

- Залишайтеся вдома, поки Ваші симптоми не почнуть покращуватися протягом принаймні 24 годин.
- Брати, сестри та інші особи, з якими Ви мешкаєте, можуть не залишатися вдома, якщо в них немає симптомів.

- Вам не потрібно відповідати на решту питань анкети сьогодні. Перевіряйте себе за допомогою цієї анкети кожного дня перед відвідуванням школи чи дитячого садка.

4. Чи казали Вам, що Ви маєте наразі залишатися на карантині, ізолюватися, залишатися вдома чи не відвідувати школу або дитячий садок? Так Ні

Це міг сказати лікар, постачальник медичних послуг, співробітник закладу охорони здоров'я, співробітник федеральної прикордонної служби чи представник іншого державного органу.

Будь ласка, зверніть увагу, що діють федеральні вимоги (<https://travel.gc.ca/travel-covid>) для осіб, які подорожували за межі Канади, навіть якщо вони звільнені від карантину.

Якщо Ви відповіли НІ, перейдіть до наступного питання.

Якщо Ви відповіли ТАК на питання 4, не відвідуйте школу чи дитячий садок та:

- Залишайтеся вдома й виходьте тільки для проходження тесту, відвідування медичного центру, який пропонує тестування, або отримання невідкладної медичної допомоги.
- Дотримуйтеся будь-яких інших наданих Вам рекомендацій чи вказівок.
- Брати, сестри та інші особи, з якими Ви мешкаєте, можуть не залишатися вдома, якщо їм не казали залишатися вдома, на карантині або ізолюватися.
- Вам не потрібно відповідати на решту питань анкети сьогодні. Перевіряйте себе за допомогою цієї анкети кожного дня перед відвідуванням школи чи дитячого садка.

5. Чи отримували Ви позитивний результат тесту на COVID-19 протягом останніх 10 днів? Так Ні

Це може бути позитивний результат лабораторного ПЛР-тесту на COVID-19, швидкого молекулярного тесту, швидкого тесту на антиген чи домашнього тесту для самодіагностики.

Якщо Ви відповіли НІ, перейдіть до розділу «Якщо Ви відповіли «ні» на всі питання» нижче.

Якщо Ви відповіли ТАК на питання 5 й у Вас немає будь-яких нових чи погіршених симптомів, Ви можете йти до школи чи дитячого садка

- Якщо у Вас є або з'явилися будь-які нові чи погіршені симптоми, залишайтеся вдома, поки не зникне підвищена температура й Ваші симптоми не будуть покращуватися протягом принаймні 24 годин (або 48 годин у разі нудоти, блювання та/чи діареї).
- Протягом 10 днів після отримання позитивного результату тесту на COVID-19 (або з моменту появи симптомів, залежно від того, що сталося раніше):
 - носіть маску, яка добре прилягає до обличчя, у всіх громадських місцях (зокрема, школах і дитячих садках)
 - уникайте несуттєвих видів діяльності, задля яких необхідно знімати маску (наприклад, грати на духових інструментах на уроці музики, знімати маску для спортивних занять, їсти в громадських місцях)
 - уникайте зустрічей з особами з ослабленим імунітетом або підвищеним ризиком захворювання (наприклад, з літніми людьми)
 - уникайте необов'язкового відвідування місць із високим ризиком захворювання, наприклад, лікарень та закладів довгострокового догляду

Примітка: якщо за останні 10 днів Ви отримали позитивний результат тесту, Ви маєте виконувати ці інструкції, навіть якщо пізніше отримали негативний результат тесту.

- Брати, сестри та інші особи, з якими Ви мешкаєте, протягом 10 днів із моменту останнього контакту з особою, яка отримала позитивний результат тесту, мають робити таке:
 - спостерігати за своїми симптомами. Якщо в них з'явилися будь-які симптоми COVID-19, вони мають негайно ізолюватися та зробити тест, якщо належить
 - носити маску, яка добре прилягає до обличчя, у всіх громадських місцях (зокрема, школах і дитячих садках)
 - уникати несуттєвих видів діяльності, задля яких необхідно знімати маску (наприклад, грати на духових інструментах на уроці музики, знімати маску для спортивних занять, їсти в громадських місцях)
 - уникати необов'язкових зустрічей з особами з ослабленим імунітетом або підвищеним ризиком захворювання (наприклад, з літніми людьми)

- уникати необов'язкового відвідування місць із високим ризиком захворювання, наприклад, лікарень та закладів довгострокового догляду

Якщо Ви відповіли Ні на всі питання, Ви може йти до школи/дитячого садка.

Якщо Ви почуваетесь погано або хворим, навіть якщо Ваші симптоми не зазначені в цій анкеті, Ви маєте залишатися вдома. У разі необхідності зв'яжіться з лікарем. Особи із серйозними симптомами, які потребують невідкладної медичної допомоги, мають звернутися до найближчого закладу швидкої допомоги.

Перевіряйте себе за допомогою цієї анкети кожного дня перед відвідуванням школи/дитячого садка.

Якщо було визначено, що Ви перебували в тісному контакті з особою, яка має симптоми COVID-19 або хворіє на COVID-19, протягом 10 днів після останнього контакту з такою особою необхідно:

- носити маску, яка добре прилягає до обличчя, у всіх громадських місцях (зокрема, школах і дитячих садках)
- уникати несуттєвих видів діяльності, задля яких необхідно знімати маску (наприклад, грати на духових інструментах на уроці музики або знімати маску для спортивних занять)
- уникати необов'язкових зустрічей з особами з ослабленим імунітетом або підвищеним ризиком захворювання (наприклад, з літніми людьми)
- уникати необов'язкового відвідування місць із високим ризиком захворювання, наприклад, лікарень та закладів довгострокового догляду

Примітка: навіть якщо Ви отримали негативний результат тесту на COVID-19, цих додаткових заходів можна вживати з метою попередження розповсюдження COVID-19 та інших респіраторних вірусів у громаді.

Якщо протягом останніх 10 днів у Вас були симптоми COVID-19, протягом 10 днів після появи симптомів:

- носіть маску, яка добре прилягає до обличчя, у всіх громадських місцях (зокрема, школах і дитячих садках)
- уникайте несуттєвих видів діяльності, задля яких необхідно знімати маску (наприклад, грати на духових інструментах на уроці музики, знімати маску для спортивних занять, їсти в громадських місцях)
- уникайте зустрічей з особами з ослабленим імунітетом або підвищеним ризиком захворювання (наприклад, з літніми людьми)
- уникайте необов'язкового відвідування місць із високим ризиком захворювання, наприклад, лікарень та закладів довгострокового догляду

Примітка: ті, хто отримав негативний результат тесту на COVID-19, можуть вживати цих додаткових заходів із метою попередження розповсюдження COVID-19 та інших респіраторних вірусів у громаді.

Якщо Ви робили вакцинацію від COVID-19 або щеплення від грипу за останні 48 годин і відчуваєте легку втому, біль у м'язах або суглобах та/чи головний біль:

- якщо Ви відчуваєте легку втому, біль у м'язах та/чи суглобах, які почалися тільки після вакцинації, Ви маєте носити маску, яка щільно прилягає до обличчя, протягом усього перебування в школі/дитячому садку
- якщо Ваші симптоми погіршилися, залишаються через 48 годин або з'явилися інші симптоми, Ви повинні негайно залишити школу/дитячий садок

Якщо Ви подорожували за межі Канади за останні 14 днів

- Ви маєте виконувати федеральні рекомендації (<https://travel.gc.ca/travel-covid>) після повернення до Канади, навіть якщо Вам не треба йти на карантин.

Поради щодо здоров'я та безпеки

Скасування провінційних вимог не означає зникнення ризику захворювання на COVID-19. Ми все ще маємо робити свій внесок у захист себе та інших від COVID-19. Такий захист передбачає ретельне миття рук і носіння маски, коли це рекомендовано чи вимагається.

Робіть вакцинацію від COVID-19 та інші планові щеплення, коли необхідно.

Вакцинація безпечна, ефективна та є найкращим засобом захисту Вас і Вашого оточення від інфекційних хвороб. Докладніше на <https://www.ontario.ca/page/vaccines>