

አንድ ሰው ምልክት ካሳየ ምን ያደርጋሉ



እነዚህ ምክረ ሀሳቦች ለ K-12 ትምህርት ቤቶች፣ ለልጅ እንክብካቤ፣ እና ለተያያዥ ከስርዓተ ትምህርት ውጪ ለሌሎች ተግባራት ናቸው።

አንድ ሰው ከእነዚህ የበሽታ ምልክቶች አንዱ ወይም ከዚያ በላይ ካለው፡-

- ትኩሳት ($\geq 100.4^{\circ}\text{F}$) ወይም ብርድ ብርድ ማለት
- የትንፋሽ እጥረት ወይም ለመተንፈስ መቸገር
- የጡንቻ ወይም የሰውነት ህመም
- አዲስ የጣዕም ወይም ማሽተት ማጣት
- ሳል (አዲስ፣ የተለወጠ ወይም የከፋ)



በቤት ውስጥ ራሳቸውን ማግለል እና የ COVID-19 ምርመራ ማድረግ አለባቸው

ከጤና አጠባበቅ አቅራቢ ተለይቶ የተሰየመ የምርመራ ውጤት ካላገኙ ወይም ካልተመረመሩ



ፖዘቲቭ የ COVID-19 ምርመራ ውጤት ካላቸው



ኔጌቲቭ የ COVID-19 ምርመራ ውጤት ካላቸው ወይም ከጤና አጠባበቅ አቅራቢ ተለይቶ የተሰየመ የምርመራ ውጤት እና ኔጌቲቭ ምርመራ ካገኙ



በቤት ውስጥ ራሳቸውን ያግልሉ

የሚከተሉት ከሆነ ምልክቶቹ መጀመሪያ ከታቱበት ቀን አምስት ቀናት ካለፉ ወደ ትምህርት ቤት፣ ወደ ልጅ እንክብካቤ፣ እና ተግባራት መመለስ ይቻላል፡-

1. ባለፉት 24 ሰዓታት ውስጥ ትኩሳት ክለል (ያለ መድሃኒት) እና
2. ምልክቶች በከፍተኛ ሁኔታ ከተሻሻሉ እና
3. ከ 6-10 ቀናት በሌሎች አካባቢ ማስክ ያደርጉ ወይም ያለ ማስክ ለመመለስ በአንድ ደብዳቤ ምርመራ ኔጌቲቭ ውጤት ይኑርዎት

ማስክ ማድረግ የማይችሉ ከሆነ እና ከአምስት ቀናት በኋላ ኔጌቲቭ ውጤት ከሌላቸው፣ እስከ 10 ድረስ ተለይተው መቆየት አለባቸው።

- መጨናነቅ ወይም የአፍንጫ ፈሳሽ
- ማቅለሽለሽ፣ ማስታወክ ወይም ተቅማጥ
- የራስ ምታት
- ድካም
- የጉሮሮ መቁሰል



በቤት ውስጥ መጠገል አለባቸው

አንድ ምልክት ብቻ ነበር የታየው?

አይ

አዎ

ምልክቱ በ 24 ሰዓታት ውስጥ ተፈትቷል ወይንስ እንደ ሥር የሰደደ በሽታ በህመም ቀጥሏል?

አይ

አዎ



የሚከተሉት ከሆኑ ወደ ትምህርት ቤት፣ የልጅ እንክብካቤ እና ተግባራት ይመለሱ፡-

1. ባለፉት 24 ሰዓታት ውስጥ ትኩሳት የለም (ያለ መድሃኒት) እና
2. ምልክቶች በከፍተኛ ሁኔታ ተሻሻለዋል

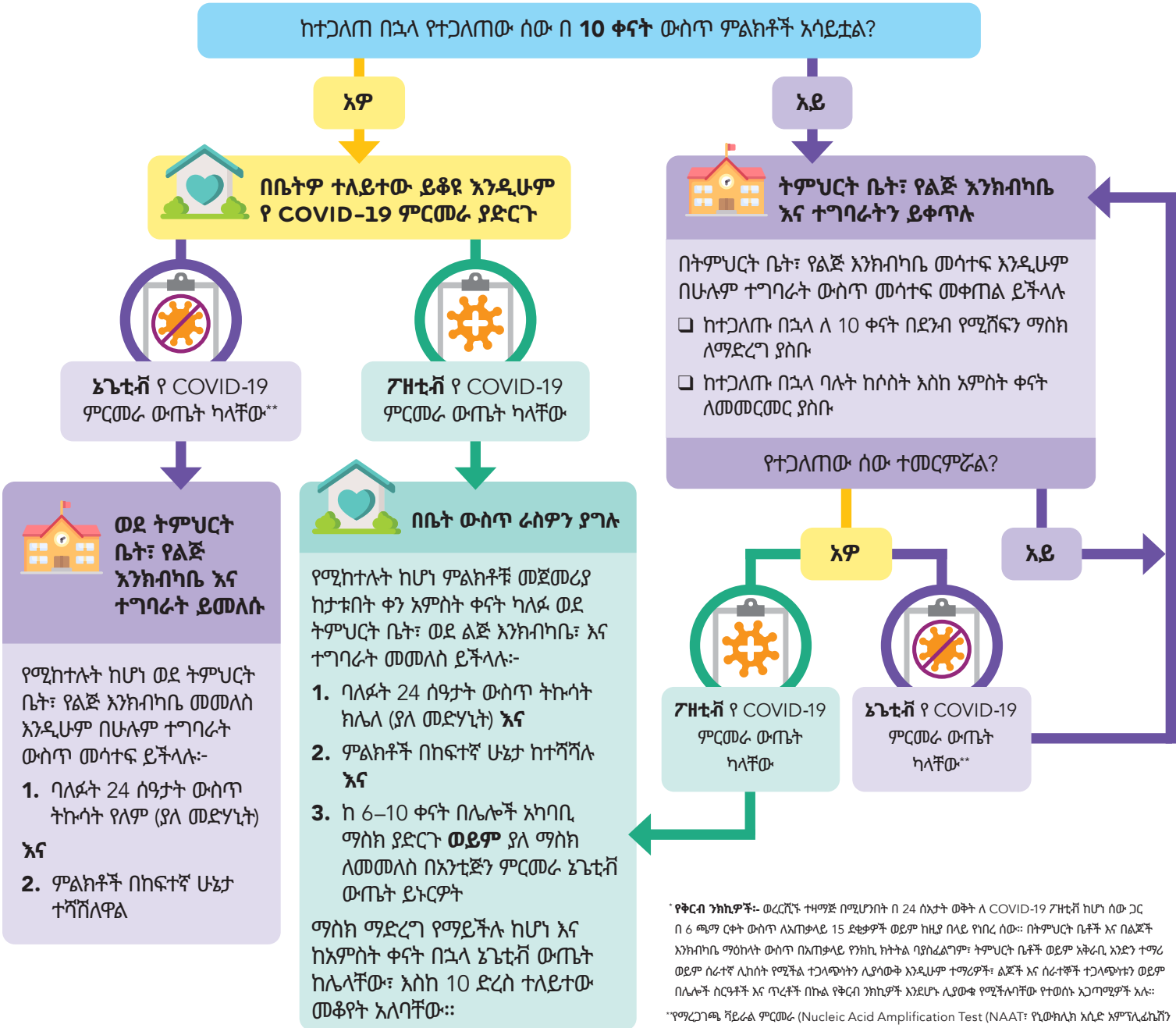
የተጋለጭነት ማሳወቂያ ከደረስዎ ወይም እንደ ቅርብ ንክኪ ከተለዩ ምን ያደርጋሉ*



እነዚህ ምክረ ሀሳቦች ለ K-12 ትምህርት ቤቶች፣ ለልጅ እንክብካቤ፣ እና ለተያያዥ ከስርዓተ ትምህርት ውጪ ለሌላ ተግባራት ናቸው።

የክትባት ሁኔታዎ ምንም ይሁን ምን፣ የሚከተሉት መመሪያዎች ይመከራሉ፡-

- ትምህርት ቤት፣ የልጅ እንክብካቤ እና ተግባራት ላይ ይሳተፉ።
- ከተጋለጡ በኋላ ለ 10 ቀናት ምልክቶችን ይከታተሉ።
- ከተጋለጡ በኋላ ለ 10 ቀናት በደንብ የሚሸፍን ማስክ ለማድረግ ያስቡ።
- ከተጋለጡ በኋላ ባሉት ከሶስት እስከ አምስት ቀናት ለመመርመር ያስቡ።



***የቅርብ ንክኪዎች**፡- ወረርሽኝ ተዛማጅ በሚሆንበት በ 24 ሰዓታት ውስጥ ለ COVID-19 ፖዘቲቭ ከሆነ ሰው ጋር በ 6 ሜትር ውስጥ ለአጠቃላይ 15 ደቂቃዎች ወይም ከዚያ በላይ የነበረ ሰው። በትምህርት ቤቶች እና በልጆች እንክብካቤ ማዕከላት ውስጥ በአጠቃላይ የንክኪ ክትትል ባያስፈልግም፣ ትምህርት ቤቶች ወይም አቅራቢ አንድን ተማሪ ወይም ሰራተኛ ለከሰት የሚችል ተጋላጭነትን ሊያሳወቅ እንዲሁም ተማሪዎች፣ ልጆች እና ሰራተኞች ተጋላጭነቱን ወይም በሌሎች ስርዓቶች እና ጥረቶች በኩል የቅርብ ንክኪዎች እንደሆኑ ሊያውቁ የሚችላቸው የተወሰኑ ነጋጣሚዎች አሉ።

**የማረጋገጫ ቫይረል ምርመራ (Nucleic Acid Amplification Test (NAAT)፣ የቢዮክሊኒክ አሲድ አምፕሊፊኬሽን ምርመራ) ወይም ተጨማሪ የአንድኛ ምርመራ ሊያስፈልግ ይችላል። የጤና እንክብካቤ አቅራቢዎች ጋር ያደጋግጡ።