

Ano ang dapat gawin kapag nagpositibo ka sa COVID-19

Buod ng mga Pagbabago noong Abril 12, 2023

- Nilinaw ang impormasyon tungkol sa [pagbukod sa ilang partikular na lugar kung saan maraming nagtitipon](#)
- Na-update ang link papunta sa patnubay sa lugar ng pangangalagang pangkalusugan

Panimula

Kung nagpositibo ka sa COVID-19, makakatulong kang pigilan ang pagkalat ng COVID-19 sa iba. Mangyaring sundin ang patnubay na nasa ibaba hinggil sa paggamot, pagbukod, at pagsusuot ng mask. Sumunod rin sa anumang patakaran ng lokal na hurisdiksyon sa kalusugan, sa lugar ng trabaho, negosyo, o paaralan para sa mga taong nagpositibo sa COVID-19, na maaaring mas mahigpit kaysa sa patnubay ng WA State Department of Health (Kagawaran ng Kalusugan ng Estado ng Washington).

- Ang lahat ng taong nananatili, nagtatrabaho, o bumibisita sa pasilidad ng pangangalagang pangkalusugan ay dapat sumunod sa patnubay sa [Pag-iwas sa Impeksiyon ng COVID-19 sa mga Lugar ng Pangangalagang Pangkalusugan](#) (English lang).
- Kung nagtatrabaho o nananatili ka sa mataong lugar ng trabaho, pansamantalang pabahay para sa manggagawa, pangkomersiyong sasakyang pandagat, bilangguan o piitan, kubkuban para sa mga walang tirahan, o transitional housing (pansamantalang pabahay bago makalipat), sundin ang patnubay sa ilalim ng [Kung nananatili o nagtatrabaho ka sa alinman sa mga lugar na ito kung saan maraming nagtitipon](#).

Alamin kung kailangan mo ng paggamot

Kung nagpositibo ka sa pagsusuri at posible kang magkasakit ng malubhang COVID-19 dahil sa iyong edad o pangmatagalang medikal na kondisyon, mayroong mga paraan ng paggamot na makakabawas sa tsansang maospital ka o mamatay dahil sa pagkakasakit. Ang mga gamot para sa COVID-19 ay dapat ireseta ng provider sa pangangalagang pangkalusugan at masimulan kaagad pagkatapos ma-diagnose para magkabisa. Agad na makipag-ugnayan sa provider ng pangangalagang pangkalusugan upang malaman kung angkop kang gamutin, kahit na banayad lang ang sintomas mo sa ngayon. Pumunta sa webpage ng DOH para sa higit pang impormasyon para sa iyo at sa provider mo ng pangangalagang pangkalusugan tungkol sa partikular na [therapeutics para sa COVID-19](#) (available sa mga karagdagang wika) at kung paano i-access ang paggamot.

Ibukod ang sarili sa bahay

Ang mga taong nagpositibo sa COVID-19 o may sintomas ng COVID-19 at naghihintay ng resulta ng pagsusuri ay dapat bumukod sa bahay nang malayo sa iba maliban na lang kung tatanggap ng medikal na pangangalaga. Maaaring makapanghawa ng iba ang mga taong may COVID-19. Kapag bumukod sa bahay, matutulungan ang ibang tao na hindi magkasakit. [Dapat kang bumukod, nakapagpabakuna ka man o hindi.](#) Kung magkakaroon ng COVID-19 ang taong nabakunahan, maaari pa rin niyang maipasa ang impeksiyon sa iba, ngunit dahil nabakunahan na para sa COVID-19, mas mababa ang posibilidad na siya ay maospital o mamatay dahil sa COVID-19. Magpabili sa ibang tao o gumamit ng serbisyo ng pagpapahatid ng grocery. Kung kailangan mo ng pagkain o ibang suporta habang nakabukod sa bahay, nariyan ang [Care Connect Washington \(Pakikipag-ugnayan para sa Pangangalaga sa Washington\)](#) (available sa mga karagdagang wika). Tumawag sa hotline para sa Impormasyon sa COVID-19 sa 1-800-525-0127, pagkatapos ay pindutin ang #, o makipag-ugnayan sa iyong hub ng [Care Connect](#) (available

sa mga karagdagang wika). May makukuhang tulong sa wika. Huwag magbiyahe, pumasok sa trabaho o paaralan, pumunta sa child care o pampublikong lugar, o gumamit ng pampublikong transportasyon, ridesharing, o taxi. Habang nakabukod:

- Hangga't maaari, humiwalay sa iba tulad ng mga miyembro ng sambahayan at alagang hayop sa bahay, at manatili sa partikular na kuwartong malayo sa iba at gumamit ng hiwalay na banyo, kung mayroon. Marami pang impormasyon ang Centers for Disease Control and Prevention (CDC, Mga Sentro sa Pagkontrol at Pag-iwas sa Sakit) tungkol sa [COVID-19 at mga Hayop](#) (available sa mga karagdagang wika).
- Magsuot ng [dekalidad na mask o respirator](#) (available sa mga karagdagang wika) kung kailangan mong makihalubilo sa iba sa bahay o sa publiko.
- Gumawa ng mga hakbang para maisaayos ang [bentilasyon](#) (available sa mga karagdagang wika) sa bahay, kung maaari.
- Huwag makipaghiraman ng mga personal na gamit sa bahay, tulad ng mga baso, tuwalya, at kubyertos.
- Subaybayan ang iyong sintomas. Kung mayroon kang [senyales ng emergency](#) (available sa mga karagdagang wika) (tulad ng problema sa paghinga), agad na humingi ng medikal na pangangalangang pang-emergency.
- Kung may regular kang medikal na appointment (na iba sa pangangalangang pang-emergency), tumawag muna bago pumunta at ipaalam sa iyong provider ng pangangalangang pangkalusugan na ikaw ay may COVID-19 o sinusuri para sa COVID-19.

Gaano katagal ko kailangang bumukod at magsuot ng mask?

Kung nagpositibo ka sa COVID-19, **manatili sa bahay nang kahit 5 araw at bumukod sa ibang nasa iyong bahay** upang hindi maikalat sa iba ang COVID-19.

Pagtapos sa Pagbukod

Nakasalalay sa ilang salik ang tagal ng iyong pagbukod:

- Kung makakapagsuot ka ng angkop na mask,
- Kung patuloy kang magpopositibo sa COVID-19 sa ika-6 hanggang ika-10 araw pagkaraan ng 5 araw ng pagbukod,
- Kung ikaw ay may malubhang sakit na COVID-19 o mahinang immune system, at
- Kung nananatili o nagtatrabaho ka sa lugar kung saan maraming nagtitipon:

Kung nagpositibo ka sa COVID-19 at nagkaroon ng [mga sintomas](#) (available sa mga karagdagang wika):

Bumukod nang kahit **5 araw** matapos unang lumabas ang iyong sintomas. Maaari mo nang ihinto ang pagbukod pagkaraan ng 5 buong araw kung:

- Bumubuti na ang lagay ng iyong sintomas 5 araw matapos magsimulang bumukod, **AT**
- Hindi ka nilagnat sa loob ng 24 oras nang hindi gumagamit ng gamot na pampababa ng lagnat

Kung nagpositibo ka sa COVID-19 ngunit hindi ka nagkaroon ng anumang [mga sintomas](#) (available sa mga karagdagang wika): Bumukod nang kahit **5 araw** matapos kang magpositibo sa COVID-19. Maaari mo nang ihinto ang pagbukod pagkaraan ng 5 buong araw kung hindi ka nagkaroon ng anumang sintomas.

Kung magkakaroon ka ng sintomas pagkatapos magpositibo sa pagsusuri, dapat mong ulitin ang pagbukod nang 5 araw. Sundin ang mga rekomendasyong nasa itaas para sa pagtapos sa pagbukod kung nagkaroon ka ng sintomas.

Kahit na kailan mo pa tapusin ang pagbukod, isagawa ang mga sumusunod na hakbang nang 10 araw matapos magkaroon ng sintomas (o magpositibo, kung hindi ka kailanman nagkaroon ng sintomas):

- Magsuot ng angkop at dekalidad na mask o respirator kapag may kahalubilong iba sa bahay at sa publiko nang kahit 5 araw pa (sa ika-6 hanggang ika-10 araw) kapag tapos na ang pagbukod mo nang 5 araw.
- Umiwas sa mga taong [immunocompromised o lubos na nanganganib na magkasakit nang malubha](#) (available sa mga karagdagang wika), at huwag pumunta sa mga pasilidad ng pangangalagang pangkalusugan (kasama na ang nursing home) at iba pang mapanganib na lugar.
- Huwag pumunta sa mga lugar kung saan hindi ka makakapagsuot ng mask, gaya ng mga restaurant at ilang gym, at iwasang kumain nang may kahalubilong iba sa bahay at sa trabaho.
- Kung bumalik o lumala ang sintomas, dapat mong ulitin ang pagbukod sa ika-0 araw.
- Tingnan ang [Pagbiyahe | CDC](#) para sa impormasyon sa pagbiyahe.

Paano kinakalkula ang iyong panahon ng pagbukod:

Kung mayroon kang sintomas, ang ika-0 araw ay ang unang araw na lumabas ang iyong sintomas. Ang ika-1 araw ay ang unang buong araw matapos magkaroon ng sintomas.

Kung hindi ka nagkaroon ng anumang sintomas, ang ika-0 araw ay ang petsa kung kailan ka sinuri. Ang ika-1 araw ay ang unang buong araw matapos kolektahin ang specimen para sa iyong positibong pagsusuri.

Tingnan ang tool na [Pangkalkula ng Pagbukod at Pag-quarantine](#) (available sa mga karagdagang wika) ng DOH para sa tulong.

Pagtanggal ng iyong mask

Maaari kang manatiling nakakahawa pagkaraan ng 5 araw na pagbukod. Patuloy na magsuot ng [angkop at dekalidad na mask o respirator](#) (available sa mga karagdagang wika) kapag may kahalubilong iba sa bahay at sa publiko nang 5 araw pa (sa ika-6 hanggang ika-10 araw) kapag tapos na ang pagbukod mo nang 5 araw. Pag-isipan ding gumamit ng antigen testing para malaman kung kailan magtatanggal ng mask (tingnan sa ibaba) Kung hindi ka makakapagsuot ng angkop na mask, dapat mong ipagpatuloy ang pagbukod nang buong 10 araw.

Ang ibig sabihin ng tuloy-tuloy na paggamit ng mask ay nagsusuot ng [angkop at dekalidad na mask o respirator](#) (available sa mga karagdagang wika) sa tuwing may kahalubilo kang iba sa loob o labas ng bahay. Hindi ka dapat makisali sa mga aktibidad na may kahalubilong iba kapag hindi ka makakapagsuot ng mask, gaya ng pagtulog, pagkain, o paglangoy. Ang mga pamalit sa mask (gaya ng face shield na may drape) ay hindi nakakapagbigay ng proteksiyong gaya ng sa angkop at dekalidad na mask. Kung hindi ka makakapagsuot ng angkop na mask, dapat kang bumukod nang 10 araw.

Paggamit ng antigen testing para malaman kung kailan ihihinto ang pagbukod at magtatanggal ng mask

Kung may access ka sa [antigen test](#) (available sa mga karagdagang wika), maaari mo pang mapababa ang panganib na makapanghawa ng iba kung magsusuri kapag plano mo nang ihihinto ang pagbukod, nang hindi mas maaga sa ika-6 araw. Simulan lang ang pagsusuri kung wala kang lagnat sa loob ng 24 oras nang hindi gumagamit ng gamot na pampababa ng lagnat at bumuti na ang lagay ng iba mo pang sintomas. Maaaring magpatuloy sa loob ng ilang linggo o buwan ang pagkawala ng panlasa o pang-amoy kahit wala nang sakit, at hindi ito dapat makasagabal sa pagtapos ng pagbukod.

- Kung positibo ang iyong pagsusuri, posible kang makapanghawa. Dapat mong ipagpatuloy ang pagbukod at pagsusuot ng mask at maghintay nang 24-48 oras bago magsuri ulit.

- Kung negatibo ang iyong resulta sa dalawang magkasunod (back-to-back) na pagsusuri na isinagawa nang may 24-48 oras na pagitan, maaari mo nang tapusin ang pagbukod at ihinto ang pagsusuot ng mask bago sumapit ang ika-10 araw.

Kung patuloy kang magpopositibo sa mga kasunod pang pagsusuri sa loob ng 10 araw, dapat mong ipagpatuloy ang pagsusuot ng mask at iwasan ang mga taong immunocompromised o lubos na nanganganib na magkasakit nang malubha, hanggang sa makatanggap ka ng dalawang magkasunod na negatibong resulta ng antigen test.

Kung ikaw ay may malubhang sakit na COVID-19 o mahinang immune system:

Ang mga taong may malubhang sakit na COVID-19 (kasama na ang mga naospital o nangailangan ng intensive care (masinsinang pangangalaga) o pansuporta sa bentilasyon) at mga taong may [nakompromisong immune system](#) (available sa mga karagdagang wika) ay dapat bumukod nang kahit 10 araw at hanggang 20 araw. Maaaring kailangan din na masuri sila gamit ang [viral test](#) (available sa mga karagdagang wika) upang malaman kung kailan sila maaaring makihalubilo sa iba. Kumonsulta sa iyong provider ng pangangalagang pangkalusugan tungkol sa kung kailan ka na puwedeng makihalubilo ulit sa iba. Tingnan ang [seksiyon na therapeutics na nasa itaas](#) para sa impormasyon tungkol sa mga paraan ng paggamot at gamot na maaaring angkop sa iyo.

Kung ikaw ay nananatili o nagtatrabaho sa alinman sa mga lugar na ito kung saan maraming nagtitipon:

Ang mga taong nakatira o nagtatrabaho sa mga sumusunod na lugar kung saan maraming nagtitipon ay dapat sumunod sa mga rekomendasyon sa pagbukod tulad ng nakalagay sa ibaba. Kung ikaw ay nagtatrabaho ngunit hindi nakatira sa isa sa mga lugar na ito kung saan maraming nagtitipon, sundin ang patnubay sa pagbukod na ito para sa kung gaano katagal dapat lumayo sa lugar ng trabaho; maaari mong sundin ang patnubay sa mas maikling pagbukod sa bahay para sa iba pang aktibidad.

- Bilangguan o piitan
- Kubkuban para sa mga walang tirahan o transitional housing
- Pangkomersiyong sasakyang pandagat (hal. pangkomersiyong barko/bangka para sa pagkaing-dagat, cargo ship, cruise ship)
- Mataong lugar ng trabaho kung saan imposibleng magkaroon ng pisikal na distansiya dahil sa uri ng trabaho gaya ng bodega, pabrika, at pasilidad sa pagpapakete ng pagkain at pagproseso ng karne
- Pansamantalang pabahay para sa mga manggagawa

Kung ikaw ay nagpositibo sa COVID-19 at nagkaroon ng sintomas, maaari mong tapusin ang iyong pagbukod mula sa lugar kung saan maraming nagtitipon pagkaraan ng **10 araw** mula noong unang lumabas ang iyong sintomas kung:

- Hindi ka nilagnat sa loob ng 24 oras nang hindi gumagamit ng gamot na pampababa ng lagnat, **AT**
- Bumuti na ang lagay ng iyong sintomas.

Kung nagpositibo ka sa COVID-19, ngunit hindi ka nagkaroon ng anumang sintomas, maaari mong tapusin ang pagbukod mula sa lugar kung saan maraming nagtitipon pagkaraan ng **10 araw** mula nang nagpositibo ka sa COVID-19 kung hindi ka nagkaroon ng sintomas. Kung magkakaroon ka ng sintomas pagkatapos magpositibo sa pagsusuri, dapat mong ulitin ang pagbukod nang 10 araw mula sa lugar na ito. Sundin ang mga rekomendasyong nasa itaas para sa pagtapos sa pagbukod kung nagkaroon ka ng sintomas.

Maaari kang gumamit ng antigen testing para malaman kung puwede mo nang tanggalin ang iyong mask at ihinto ang pagbukod bago matapos ang 10 araw. Simulang magsuri nang hindi mas maaga sa ika-6 araw, at simulan lang ang pagsusuri kung wala kang lagnat sa loob ng 24 oras nang hindi

gumagamit ng gamot na pampababa ng lagnat at bumuti na ang lagay ng iba mo pang sintomas. Maaaring magpatuloy sa loob ng ilang linggo o buwan ang pagkawala ng panlasa o pang-amoy kahit wala nang sakit, at hindi ito dapat makasagabal sa pagtapos ng pagbukod.

- Kung positibo ang iyong pagsusuri, posible kang makapanghawa. Dapat mong ipagpatuloy ang pagbukod at pagsusuot ng mask at maghintay nang 24-48 oras bago magsuri ulit.
- Kung negatibo ang iyong resulta sa dalawang magkasunod (back-to-back) na pagsusuri na isinagawa nang may 24-48 oras na pagitan, maaari mo nang tapusin ang pagbukod at ihinto ang pagsusuot ng mask bago sumapit ang ika-10 araw. Ibig sabihin, ang pinakamaagang araw na posible para ihinto ang pagbukod at ang pagsusuot ng mask ay sa ika-7 araw, na mangyayari kung negatibo ang iyong pagsusuri sa ika-6 at 7 araw.

Kung patuloy kang magpopositibo sa mga kasunod pang pagsusuri sa loob ng 10 araw, dapat mong ipagpatuloy ang pagsusuot ng mask at iwasan ang mga taong immunocompromised o lubos na nanganganib na magkasakit nang malubha, hanggang sa makatanggap ka ng dalawang magkasunod na negatibong resulta ng antigen test.

Kung mayroon kang sintomas, ang ika-0 araw ay ang unang araw na lumabas ang iyong sintomas. Ang ika-1 araw ay ang unang buong araw matapos magkaroon ng sintomas. Kung hindi ka nagkaroon ng anumang sintomas, ang ika-0 araw ay ang petsa kung kailan ka sinuri. Ang ika-1 araw ay ang unang buong araw matapos kolektahin ang specimen para sa iyong positibong pagsusuri.

Kapag nakakaranas ng matinding kakulangan ng tao ang kawanihan, maaaring pag-isipang paikliin ang panahon ng pagbukod ng mga kawani sa mga bilangguan, piitan, kubkuban para sa mga walang tirahan, transitional housing, at mga lugar ng trabaho na may kritikal na imprastraktura upang matiyak ang tuloy-tuloy na pagpapatakbo ng serbisyo. Ang pagpapasyang paikliin ang pagbukod sa mga lugar na ito ay dapat gawin nang may pagpapayo ng lokal na hurisdiksyon sa kalusugan.

Ano ang dapat kong gawin kung bumalik ang sintomas ko?

Pagkatapos ng iyong pagbukod, kung bumalik o lumala ang sintomas mo ng COVID-19, simulan ulit ang pagbukod sa ika-0 araw at sundin ang [Gaano katagal ko kailangang bumukod at magsuot ng mask?](#) na nasa itaas. Kausapin ang provider ng pangangalagang pangkalusugan kung may tanong ka tungkol sa iyong sintomas o kung kailan tatapusin ang pagbukod.

Kailan ako posibleng makapanghawa at makapaglantad ng iba?

Maaaring maikalat ng mga taong may COVID-19 ang virus sa ibang tao, dalawang araw bago sila magkaroon ng sintomas (o 2 araw bago ang petsa ng kanilang positibong pagsusuri kung walang sintomas) hanggang sa ika-10 araw pagkatapos magkaroon ng sintomas (o 10 araw pagkatapos ng petsa ng kanilang positibong pagsusuri kung walang sintomas). Kung makatanggap ang taong nagpositibo sa COVID-19 ng dalawang magkasunod na negatibong antigen test para sa COVID-19 nang may 24-48 oras na pagitan kapag mabuti na ang kanyang pakiramdam pagkaraan ng 5 araw na pagbukod, hindi na siya ituturing na nakakahawa. Kung mas mahaba sa 10 araw ang panahon ng pagbukod ng isang tao (hal., dahil siya ay may malubhang sakit o immunocompromised), nakakahawa pa siya hanggang sa pagtatapos ng kanyang panahon ng pagbukod.

Abisuhan ang mga taong maaaring nailantad mo

Sabihan ang iyong mga malapit na nakasalamuha na maaaring nalantad sila sa COVID-19 at idirekta sila sa [Ano ang dapat gawin kung posibleng nalantad ka sa isang taong may COVID-19](#) (available sa mga karagdagang wika). Ang karaniwang ibig sabihin ng malapitang pakikisalamuha ay nakalapit ka sa loob ng 6 talampakan (2 metro) sa sinumang may COVID-19 nang kahit 15 minuto lang o higit pa sa kabuuan, sa loob ng 24 oras. Gayunpaman, kung nalagay ka sa sitwasyon kung saan mas posibleng magkaroon

ng pagkalantad, gaya ng mga espasyong nakasara o may hindi maayos na bentilasyon, o paggawa ng aktibidad gaya ng pagsigaw o pagkanta, may panganib pa rin na makapanghawa ng iba kahit na mahigit 6 talampakan (2 metro) ang layo nila sa iyo. Kung nasa trabaho ka noong panahon na posibleng nakakahawa ka, sabihan ang employer mo para maabisuhan nila ang iyong mga katrabaho.

Makilahok sa isang panayam sa pampublikong kalusugan

Maaaring makipag-ugnayan sa iyo ang isang tagapanayam mula sa pampublikong kalusugan kung nagpositibo ka sa COVID-19, na kadalasang ginagawa sa pamamagitan ng telepono. Tutulungan ka ng tagapanayam na maunawaan kung ano ang susunod na gagawin at anong suporta ang maaaring makuha. Hihingin ng tagapanayam ang pangalan at impormasyon ng mga taong malapit mong nakasalamuha kamakailan upang abisuhan sila tungkol sa naging pagkalantad. Hihingin nila ang impormasyong ito para maabisuhan ang mga taong maaaring nalantad. Hindi ibabahagi ng tagapanayam ang pangalan mo sa iyong mga malapit na nakasalamuha.

Kung nagpositibo ka gamit ang self-test

Pakitingnan ang [Pansamantalang Patnubay sa Paggamit ng Self-Test para sa SARS-CoV-2](#) (English lang) para sa higit pang impormasyon.

Ano ang pinagkaiba ng pagbukod at pag-quarantine?

- Ang **pagbukod** ay ang gagawin mo kung mayroon kang sintomas ng COVID-19, kung hinihintay mo ang resulta ng pagsusuri, o kung nagpositibo ka sa COVID-19. Ang ibig sabihin ng pagbukod ay mananatili ka sa bahay at lalayo ka sa iba (tulad ng mga miyembro ng sambayanan) para sa inirerekomendang [haba ng panahon](#) (English lang) upang maiwasan ang pagkalat ng sakit.
- Ang ibig sabihin ng **pag-quarantine** ay mananatili ka sa bahay at lalayo ka sa iba matapos malantad sa COVID-19 sakali mang nahawahan ka at nakakahawa ka. Papalitan ng pagbukod ang pag-quarantine kung sa kalaunan ay magpositibo ka sa COVID-19 o magkaroon ka ng sintomas ng COVID-19.

Mga Dulugan para sa Kalusugan ng Pag-iisip at Pag-uugali

Mangyaring puntahan ang webpage na [Mga Dulugan at Rekomendasyon para sa Kalusugang may Kinalaman sa Pag-uugali](#) (English lang) ng DOH.

Iba Pang Impormasyon at Dulugan sa COVID-19

Manatiling updated sa kasalukuyang [sitwasyon ng COVID-19 sa Washington](#) (English lang), [mga sintomas](#) (available sa mga karagdagang wika), kung [paano ito kumakalat](#) (available sa mga karagdagang wika), kung [paano at kailan dapat magpasuri ang mga tao](#) (available sa mga karagdagang wika), at kung [saan makakahanap ng bakuna](#) (available sa mga karagdagang wika). Tingnan ang aming [Mga Madalas Itanong](#) (English lang) para sa higit pang impormasyon.

Ang lahi/etnisidad o nasyonalidad ng isang tao ay hindi naglalagay sa kanya sa mas malaking panganib na magkaroon ng COVID-19. Gayunpaman, ayon sa datos, hindi balanseng naapektuhan ng COVID-19 ang mga komunidad ng mga taong may kulay o iba ang lahi - dahil ito sa mga epekto ng racism, at structural racism sa partikular, na nagbibigay sa ilang grupo ng mas kaunting pagkakataong maprotektahan ang kanilang mga sarili at komunidad. [Hindi makakatulong ang pagkaroon ng stigma sa paglaban sa sakit](#) (English lang). Magbahagi lang ng tumpak na impormasyon upang maiwasan ang pagkalat ng tsismis at maling impormasyon.

- [Tugon sa COVID-19 ng Department of Health ng Estado ng Washington](#)
- [Hanapin ang Iyong Lokal na Kagawaran o Distrito ng Kalusugan](#)

- [Coronavirus ng CDC \(COVID-19\)](#)

Mayroon pang tanong? Tumawag sa aming hotline para sa Impormasyon sa COVID-19 sa **1-800-525-0127**. Mga oras ng hotline:

- Lunes mula 6 a.m. hanggang 10 p.m.
- Martes hanggang Linggo mula 6 a.m. hanggang 6 p.m.
- [sa mga idinaraos na piyesta-opisyal ng estado](#) (English lang) mula 6 a.m. hanggang 6 p.m.

Para sa mga serbisyo ng interpreter, **pindutin ang #** kapag may sumagot na at **sabihin ang iyong wika**. Para sa mga tanong tungkol sa iyong sariling kalusugan o resulta ng pagsusuri, mangyaring makipag-ugnayan sa provider ng pangangalagang pangkalusugan.

Upang hilingin ang dokumentong ito sa ibang format, tumawag sa 1-800-525-0127. Para sa mga customer na bingi o nahihirapang makarinig, mangyaring tumawag sa 711 ([Washington Relay](#)) (English lang) o mag-email sa civil.rights@doh.wa.gov.