



ስለ ኮቪድ አጭር መግለጫ

ምን ማድረግ አለብኝ?

ትምህርት ቤቶቻችን ክፍት ለማድረግ እና ልጆቻችን በትምህርት ቤት ውስጥ ለማቆየት

Updated: August 20, 2021



ማንኛውም የሕመም ምልክቶች ካሉዎት እቤትዎ ይቆዩ። የታመሙ ሰዎች ቤት መቆየት አለባቸው!

ከሚከተሉት ምልክቶች አንዱ ካለዎት የኮቪድ ምርመራ ማድረግ አለብዎት

- ትኩሳት ከ 100.0 F በላይ፣ ብርድ ብርድ ማለት፣ ወይም የሚንቀጠቅጥ ብርድ
- ሳል (በሌላ የታወቀ ምክንያት የተነሳ ያልሆነ)
- የመተንፈስ ችግር ወይም የተንፋሽ አጥረት
- አዲስ የተከሰተ የጣዕም ወይም የማሽተት ስሜት ማጣት
- የጉሮሮ ህመም
- ከሌሎች ምልክቶች ጋር የራስ ምታት ተጨምሮ
- የጡንቻ ህመም ወይም የሰውነት ህመም
- ማቅለሽለሽ፣ ማስታወክ፣ ወይም ተቅማጥ
- ከሌሎች ምልክቶች ጋር ድካም ተጨምሮ
- ከሌሎች ምልክቶች ጋር ተጨምሮ የአፍንጫ መታፈን ወይም የአፍንጫ ፍሳሽ (በሌሎች የታወቁ ምክንያቶች የተነሳ አይደለም)



ከቻሉ ክትባቱን ይውሰዱ

ክትባት፣ እራስዎን፣ ቤተሰብዎን፣ እና ጓደኞቻችን እንዲሁም ማህበረሰብዎን ለመጠበቅ በጣም ጥሩው መንገድ ነው። አንዳንድ ጊዜ ኢንፌክሽኖች በከፍተኛ ደረጃ ሊከሰቱ ቢችሉም ክትባቶች ሆስፒታል ውስጥ የመተኛት፣ ወይም የመሞት አደጋን በእጅግ ይቀንሳል። ክትባት መውሰድ መቻልዎን ወይም አለመቻልዎን እርግጠኛ ካልሆኑ እባክዎን ከጤና እንክብካቤ አቅራቢዎ ጋር ይነጋገሩ።

ሙሉ በሙሉ የክትባት የወሰዱ መግለጫ፡ ሁለተኛው ዙር የባለ 2-መጠን ክትባት (እንደ 4-ይዘር ወይም ሞደርና ያሉ) ከተቀበሉ፣ ወይም ደግሞ (እንደ ጆንሰን እና ጆንሰን ያሉ) ባለ 1 መጠን ክትባት ከወሰዱበት ቀን ጀምሮ 14 ቀናት አልፏል። ማንኛውም የዓለም ጤና ድርጅት ያጸደቀው ክትባት በ CPS ተቀባይነት አለው።



ዜና! “ምርመራ ያድርጉ እና ይቆዩ” ክትባት ያልወሰዱ የቅርብ ግንኙነት ያላቸው ሰዎች

ከአሁን በፊት፣ አንድ ሰው ተመርምሮ በኮቪድ ቫይረስ እንደተለከፈ ከተረጋገጠ፣ ሁሉም ክትባት ያልወሰዱ ከግለሰቡ ጋር የቅርብ ግንኙነቶች ያላቸው ሰዎች እንዲገለጹ ይደረጋል። አሁን ግን፣ CPS ክትባት ያላገኙ ሰዎች (ከ 12 ዓመት በታች የሆኑ ሕጻናትን ጨምሮ) ለኮቪድ የተጋለጡ ቢሆኑም፣ ወደ ትምህርት ቤት የሚሄዱበትን መንገድ እያቀረበ ነው።

ሁልጊዜ ጠዋት ጠዋት ቢያንስ ለ 5 ቀናት በየቀኑ ፈጣን የአንቲጂን ምርመራ እንዲያደርጉ እስከተሰማሙ ድረስ በወላጅ/ተንከባካቢ ፈቃድ መሰረት፣ ተማሪዎች ወደ ትምህርት ቤት (እና አዋቂዎች ወደ ሥራ) ሊመጡ ይችላሉ። ምርመራው በነርሷ ቢሮ ውስጥ የሚከናወን ሲሆን ምንም ጉዳት የማይያስከትል እና አጭር ጊዜ የሚወስድ ከአፍንጫ ፍሳሽና በመውሰድ ይካሄዳል። ምርመራው በቫይረሱ እንዳልተለከፈ ካረጋገጠ፣ ተማሪው ወይም አዋቂው የቀን ኑራቸውን እንደ ድሮ መቀጠል ይችላሉ። ምርመራው በኮቪድ ቫይረስ እንደተለከፈ ካሳየ፣ ተማሪዎች በተቻለ ፍጥነት ከትምህርት ቤቱ መወሰድ አለባቸው።

የወላጅ/ተንከባካቢ ፈቃድ አስቀድሞ ካልቀረቡ፣ በ “ምርመራ ያድርጉ እና ይቆዩ” አሰራር ለመሳተፍ ብዙ ቀናት ሊወስድ ይችላል። ቤተሰቦች በCPS የኮቪድ ምርመራ ፕሮግራም እንዲገቡ በጥብቅ ይበረታታሉ። እባክዎን ምርመራ እንዲፈቀድለት የልጅዎን የፈቃድ ወረቀት ይፈርሙ እና ይመልሱ።

የህዝብ ጤና መምሪያ ክፍል ሁሉንም ለያጋጥም የሚቻል የኮቪድ ተጋላጭነቶችን አስመልክቶ እንደሚገመገም እባክዎን ያስተውሉ። በአንዳንድ አጋጣሚዎች፣ በሁኔታዎች ልዩነቶች ምክንያት ማግለል ወይም ኳረንቲን እንደሚያስፈልግ ሊወሰን ይችላል።





አንዳንድ ጊዜ፡ yeቅርብ ግንኙነቶች ያላቸው ግለሰቦች እንዲገለጹ ወይም ኳረንቲን እንዲያደርጉ ሊጠየቁ ይችላሉ

የሕዝብ ጤና መምሪያ ማግለል አስፈላጊ መሆን አለመሆኑን ይወስናል። በተጨማሪም ፡ “ምርመራ ያድርጉና ይቆዩ” በሚባለው ፕሮግራም ለመሳተፍ ያልመረጡ አዋቂዎች እና ተማሪዎች፡ በመጨረሻው ተጋላጭ የሆኑበት ቀን ጀምሮ በ 5ኛው ቀን ለቫይረሱ ተመርምረው ነጋቲቭ መሆኑን ከተረጋገጠ፡ ቢያንስ ለ 7 ቀናት ተገልገው መቆየት አለባቸው። ምርመራ ካላደረጉ፡ ከተጋለጡበት ቀን ጀምሮ ለ 10 ቀናት ተገልገው መቆየት አለባቸው (በ 11 ኛው ቀን ወደ ትምህርት ቤት ይመለሳሉ)።

አባክዎን ተገልገው የሚቆዩበት ጊዜ ከ 7-10 ቀናት በላይ ሊቆይ እንደሚችል ልብ ያድርጉ፡ ለምሳሌ የኮቪድ ባይረስ በቤተሰብ ውስጥ ቢሰራጭ እና እርስ ከእርስ ሙሉ በሙሉ ለመለያየት አስቸጋሪ ከሆነ። መቼ መመርመር እንዳለብዎ እና እርስዎ/ተማሪው ወደ ትምህርት ቤት መቼ መመለስ እንደሚችሉ ለመረዳት የህዝብ ጤና እና የትምህርት ቤት ነርሶች እርስዎን ለመርዳት ከእርስዎ ጋር በመተባበር ይሰራሉ።



ሙሉ በሙሉ ክትባት ከወሰዱ ጋር የቅርብ ግንኙነት ያላቸው

... በ “ምርመራ ያድርጉና ይቆዩ” ፕሮግራም ውስጥ ማግለል ወይም መሳተፍ አያስፈልገዎትም። ነገር ግን፡ የሚከተሉትን ማድረግ አለብዎት፡

- መጨረሻ ከተጋለጡበት ቀን ጀምሮ ለ14 ቀናት የበሽታ ምልክቶችን እንዳኖርዎት ይከታተሉ።
- 3-5 ቀናት ከተጋለጡ በኋላ ይመርመሩ
- ከተጋለጡበት ቀን ጀምሮ ለ 14 ቀናት በሁሉም የሕዝብ ቦታዎች ውስጥ (በትምህርት ቤቶች ውስጥ ብቻ ሳይሆን) ጭምብል ያድርጉ



ከጉዞ መመለስ

ከሀገር ውስጥ ወይም ከዓለም አቀፍ ጉዞ ጋር የሚዛመዱ የሲዲሲ ወቅታዊ የሆኑ ምክሮችን መከተል ያስፈልጋል።



ክትባት ካልወሰዱ ወይም በከፊል ክትባት ከወሰዱ

- ከጉዞ ከ3-5 ቀናት በኋላ የቫይረሱ (PCR) ምርመራ ያድርጉ፡ እንዲሁም ከጉዞ በኋላ ለ 7 ቀናት ያህል እቤት ውስጥ ይቆዩ (ተመርምረው ውጤቱ ነጋቲቭ ቢሆን)። የምርመራው ውጤት ነጋቲቭ ከሆነ ከጉዞ ወደ ቤት ከተመለሱ በኋላ በ 8ኛው ቀን ሊመለሱ ይችላሉ።
- እርስዎ ምርመራ ካላደረጉ፡ ከጉዞ በኋላ ለ 10 ቀናት ያህል እቤትዎ ውስጥ በመቆየት እራስዎን ያገለጹ።
- ምርመራ ቢያደርጉም ባያደርጉም ለ 14 ቀናት ለከባድ ሕመም ተጋላጭ ከሆኑ ሰዎች ጋር ከመሆን ይቆጠቡ።
- ለኮቪድ-19 ምልክቶች ራስዎን ይፈትቹ፤ በእርስዎ ላይ የሕመም ምልክቶች ከታዩ፡ ራስዎን ይገልጹና ምርመራ ያድርጉ።
- በተጨማሪም፡ ለአለም አቀፍ ጉዞ በአውሮፕላን ከመሳፈርዎ በፊት ወይም ዓለም አቀፍ ድንበር ከማቋረጥዎ በፊት የኮቪድ ምርመራ አድርገው ውጤቱ ነጋቲቭ መሆኑን ማረጋገጫ ማቅረብ ያስፈልጋል።

ሙሉ በሙሉ ክትባት የወሰዱ ከሆነ



- ከተመለሱ በኋላ የሕመም ምልክቶችን እንዳያኖርዎት ለ 14 ቀናት ራስዎን ይፈትቹ፡ እና ምልክቶች ከታዩ ምርመራ ያድርጉ።
- በተጨማሪም፡ ለአለም አቀፍ ጉዞ በአውሮፕላን ከመሳፈርዎ በፊት ወይም ዓለም አቀፍ ድንበር ከማቋረጥዎ በፊት የኮቪድ ምርመራ አድርገው ውጤቱ ነጋቲቭ መሆኑን ማረጋገጫ ማቅረብ ያስፈልጋል።



በኮቪድ በሽታ እንዲተላከፉ ከተረጋገጠ

የክትባትዎ ሁኔታ ምንም ይሁን ምን፡ ምርመራ ከተደረገበት ቀን ጀምሮ ለ 10 ቀናት ራስዎን ማግለል አለብዎት። አስር ቀናት አስኪያልፍ ድረስ፡ እንዲሁም ትኩሳትን የሚቀንሱ መድኃኒቶችን ሳይጠቀሙ ለ 24 ሰዓታት ከትኩሳት እና ከሕመም ምልክቶች ነጻ እስኪሆኑ ድረስ ወደ ትምህርት ቤት መምጣት አይችሉም።