

COVID-19

Sổ tay Trường

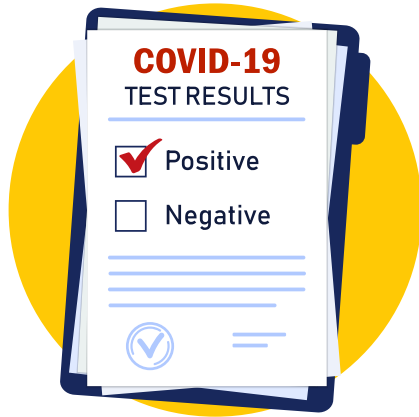
học Tóm lược



CORONAVIRUS
UTAH.GOV



Cần làm gì nếu một học sinh, giáo viên hoặc nhân viên trường học xét nghiệm dương tính với COVID-19?



Nếu một học sinh, giáo viên hoặc nhân viên trường học xét nghiệm dương tính với COVID-19, cần cách ly ngay người này. Tức là người này phải ở nhà và tránh xa người khác hết mức có thể. Học sinh, giáo viên hoặc nhân viên trường học không được đi học hoặc đi làm.

Người xét nghiệm dương tính phải cách ly đến khi:

- Không sốt trong vòng 24 giờ, và
- Các triệu chứng về hô hấp đã cải thiện trong 24 giờ, và
- Ít nhất 10 ngày đã trôi qua kể từ khi người này có triệu chứng.
- Nếu không có triệu chứng, phải cách ly người này trong vòng 10 ngày kể từ ngày xét nghiệm.

Cần làm gì nếu một học sinh, giáo viên hoặc nhân viên trường học tiếp xúc với một người dương tính với COVID-19?

Những người tiếp xúc gần với người xét nghiệm dương tính với COVID-19 có khả năng cao bị bệnh và truyền cho người khác.

Tiếp xúc gần ¹ tức là người đó cách 6 feet hoặc 2 mét (khoảng 2 sải tay) với người xét nghiệm dương tính COVID-19 tổng cộng 15 phút hoặc lâu hơn trong vòng 24 giờ ².

Bạn cũng có thể có tiếp xúc gần nếu:

- Bạn đã chăm sóc cho người nhiễm COVID-19 tại nhà.
- Bạn đã tiếp xúc trực tiếp với người nhiễm COVID-19 (ôm hoặc hôn).
- Bạn đã dùng chung dụng cụ ăn uống với người nhiễm COVID-19.
- Người nhiễm COVID-19 hắt hơi, ho, hoặc bằng cách nào đó có giọt bắn đường hô hấp tiếp xúc với bạn.



Bất kỳ ai từng tiếp xúc gần với một người nhiễm COVID-19 trong vòng 2 ngày trước khi họ có các triệu chứng được coi là đã tiếp xúc gần và phải cách ly. Ngay cả khi người nhiễm COVID-19 không có bất kỳ triệu chứng nào, họ vẫn có khả năng lây nhiễm lên đến 2 ngày trước khi xét nghiệm.

¹ <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/if-you-are-sick/quarantine.html>

² <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/php/contact-tracing/contact-tracing-plan/appendix.html#contact>

Học sinh, giáo viên, và nhân viên nhà trường phải cách ly trong bao lâu?

Các hướng dẫn này chỉ áp dụng cho các trường hợp tiếp xúc gần xảy ra ở trường.



Học sinh, giáo viên và nhân viên nhà trường đã tiếp xúc gần với người nhiễm COVID-19 tại trường học có thể trở lại trước 14 ngày nếu có thể đáp ứng các yêu cầu sau:

1. Nhà trường xác nhận học sinh, giáo viên hoặc nhân viên nhà trường có tiếp xúc gần và người xét nghiệm dương tính đều đeo loại khẩu trang đúng như [Sắc Lệnh Y tế Công cộng của Tiểu bang](#) định nghĩa khẩu trang dành cho trường học.
2. Học sinh, giáo viên hoặc nhân viên nhà trường bị cách ly có kết quả xét nghiệm COVID-19 âm tính (phải là xét nghiệm PCR hoặc kháng nguyên, không phải một xét nghiệm kháng thể). Kết quả xét nghiệm phải ít nhất 7 ngày sau lần tiếp xúc lần cuối với người có kết quả xét nghiệm dương tính.
3. Học sinh, giáo viên hoặc nhân viên nhà trường không có các triệu chứng của COVID-19.

Nếu học sinh, giáo viên hoặc nhân viên nhà trường từng tiếp xúc gần đáp ứng TẤT CẢ ba yêu cầu này, họ có thể trở lại làm việc, đi học hoặc thực hiện các hoạt động, nếu nhân viên nhà trường hoặc phụ huynh học sinh cho phép. Nếu không đáp ứng TẤT CẢ ba yêu cầu này hoặc không đi xét nghiệm, phải cách ly tại nhà trong 14 ngày kể từ ngày tiếp xúc lần cuối.

Bất kỳ ai đã từng tiếp xúc với người nhiễm COVID-19 và trở lại trường học đều phải tiếp tục theo dõi triệu chứng. Nếu nhân viên nhà trường hoặc học sinh xuất hiện các triệu chứng, người đó phải cách ly ở nhà và liên hệ y tế.

Nếu học sinh, giáo viên hoặc nhân viên nhà trường được miễn đeo khẩu trang hoặc chỉ đeo tấm che mặt, họ phải cách ly bao lâu?

Những hướng dẫn này không áp dụng cho học sinh, giáo viên, nhân viên nhà trường, hoặc các cơ sở được miễn tuân thủ [Sắc Lệnh Y tế Công cộng của Tiểu bang](#) về khẩu trang trong trường học hoặc người chỉ đeo tấm che mặt khi tiếp xúc với vi rút. Nếu người đó được miễn đeo khẩu trang hoặc chỉ đeo tấm che mặt, thì phải cách ly tại nhà trong 14 ngày kể từ ngày tiếp xúc lần cuối.



- Bạn phải cách ly trong toàn bộ thời gian 14 ngày, ngay cả khi không có triệu chứng hoặc đã xét nghiệm âm tính.
- Bạn không cần giấy xác nhận của bác sĩ hoặc kết quả xét nghiệm COVID-19 âm tính để trở lại làm việc hoặc đi học sau khi đã hoàn thành thời gian cách ly 14 ngày.

Nếu một học sinh, giáo viên hoặc nhân viên nhà trường tiếp xúc với người nhiễm COVID-19 ở nhà hoặc ngoài phạm vi trường, người đó phải cách ly bao lâu?

Hướng dẫn này chỉ áp dụng cho các trường hợp tiếp xúc gần ở trường. Học sinh, giáo viên và nhân viên trường học tiếp xúc với người nhiễm COVID-19 trong sinh hoạt hàng ngày hoặc ngoài phạm vi trường học phải cách ly trong 14 ngày kể từ ngày tiếp xúc lần cuối. Người sống cùng người có kết quả xét nghiệm dương tính (tiếp xúc trong nhà) cũng phải cách ly trong vòng 14 ngày kể từ ngày tiếp xúc lần cuối.

- Bạn phải cách ly trong toàn bộ thời gian 14 ngày, ngay cả khi không có triệu chứng hoặc đã xét nghiệm âm tính.
- Bạn không cần giấy xác nhận của bác sĩ hoặc kết quả xét nghiệm COVID-19 âm tính để trở lại làm việc hoặc đi học sau khi đã hoàn thành thời gian cách ly 14 ngày.



Có thể bạn rất khó đồng thời cách ly người nhiễm COVID-19 và sống ở nhà. Người sống cùng người xét nghiệm dương tính với COVID-19 (tiếp xúc trong nhà) có thể được coi là phơi nhiễm liên tục và có thể cần cách ly lâu hơn 14 ngày. Mỗi lần tiếp xúc gần với người xét nghiệm dương tính vẫn còn khả năng lây nhiễm, thời gian cách ly của người đó sẽ bị đếm lại.



Điều gì xảy ra nếu học sinh, giáo viên hoặc nhân viên nhà trường tiếp xúc nhiều lần với COVID-19?³

COVID-19 đang lan rộng trong nhiều cộng đồng ở Utah. Điều này nghĩa là học sinh, giáo viên và nhân viên nhà trường có thể tiếp xúc với COVID-19 nhiều lần trong năm học.

Nếu học sinh, giáo viên hoặc nhân viên nhà trường tiếp xúc với COVID-19 (tiếp xúc mới) trong vòng 90 ngày kể từ ngày xét nghiệm dương tính COVID-19.

Học sinh, giáo viên hoặc nhân viên nhà trường không có triệu chứng COVID-19 không cần phải cách ly và có thể đi học hoặc đi làm. Họ không cần phải xét nghiệm COVID-19 lại. Cũng phải tuân thủ hướng dẫn này trong vòng 14 ngày kể từ ngày tiếp xúc lần cuối:

- Đo thân nhiệt trước khi đi học hoặc đi làm. Kiểm tra các triệu chứng của COVID-19 hàng ngày.
- Đeo khẩu trang ở trường và khi ở cạnh những người không sống cùng.
- Nếu bị ốm hoặc có các triệu chứng của COVID-19, học sinh, giáo viên hoặc nhân viên nhà trường phải cách ly ít nhất 10 ngày sau khi bắt đầu có triệu chứng và liên hệ y tế hoặc bác sĩ để xác định xem có cần xét nghiệm lại COVID-19 không. Ngay cả khi có kết quả xét nghiệm âm tính với COVID-19, học sinh, giáo viên hoặc nhân viên nhà trường vẫn cần tự cách ly đủ 14 ngày.

Nếu học sinh, giáo viên hoặc nhân viên nhà trường tiếp xúc lại với COVID-19 (tiếp xúc mới) và từ khi có kết quả xét nghiệm dương tính với COVID-19 đã hơn 90 ngày.

Học sinh, giáo viên hoặc nhân viên nhà trường phải cách ly. Nếu bị ốm hoặc có các triệu chứng trong quá trình cách ly, phải tiếp tục cách ly, gọi cho bác sĩ hoặc liên hệ y tế, và xét nghiệm COVID-19 lại.

Học sinh, giáo viên và nhân viên nhà trường trong trường hợp này có thể phải đáp ứng các yêu cầu trong trang 2 mới được ngừng cách ly.

Nếu học sinh, giáo viên hoặc nhân viên nhà trường có kết quả xét nghiệm âm tính và đã hoàn thành quá trình cách ly nhưng lại tiếp xúc với vi rút (tiếp xúc mới), họ phải cách ly LẠI.

Học sinh, giáo viên hoặc nhân viên nhà trường có thể trở lại làm việc sau khi đã hoàn thành quá trình cách ly. Nếu bị ốm hoặc có các triệu chứng khác trong thời gian cách ly, cần tiếp tục cách ly ngay, liên hệ với bác sĩ hoặc y tế, và xét nghiệm COVID-19.

Học sinh, giáo viên và nhân viên nhà trường trong trường hợp này có thể phải đáp ứng các yêu cầu trong trang 2 mới được ngừng cách ly.



³ <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/php/contact-tracing/contact-tracing-plan/contact-tracing.html>

Biện pháp an toàn cho học sinh, giáo viên và nhân viên nhà trường từng tiếp xúc với người nhiễm COVID-19

- Kiểm tra các triệu chứng COVID-19 hàng ngày, kể cả đo thân nhiệt nếu có thể. Nếu không có nhiệt kế, hãy kiểm tra xem da bạn có thấy ấm hoặc đỏ không. Bạn có thể tải xuống tài liệu “Phải làm gì nếu bạn đang cách ly” tại <https://coronavirus.utah.gov/protect-yourself/>.
- Ở nhà và tránh xa mọi người hết mức có thể. Không đi học, đi làm, hoạt động ngoại khóa, buổi lễ tôn giáo, họp mặt, hoặc các hoạt động khác đến khi hoàn thành cách ly.
- Đeo dụng cụ che mặt bằng vải hoặc khẩu trang nếu cần ra khỏi nhà để làm những công việc thiết yếu như đi mua thực phẩm hoặc khám bệnh. Chỉ ra khỏi nhà nếu thực sự cần thiết.
- Giới hạn số người đến thăm nhà bạn. Điều này đặc biệt quan trọng nếu bạn hoặc người sống cùng có nguy cơ cao gặp biến chứng nặng do COVID-19.
- Vệ sinh các bề mặt thường xuyên chạm phải (điện thoại, tay nắm cửa, công tắc đèn, tay nắm nhà vệ sinh, vòi bồn rửa, mặt bàn và bất cứ thứ gì bằng kim loại).
- Thường xuyên rửa tay bằng xà phòng và nước. Nếu không có xà phòng và nước, hãy sử dụng nước rửa tay có ít nhất 60% cồn.
- Mở cửa sổ hết mức có thể để tăng cường thông gió và trao đổi khí trong phòng.
- Không dùng chung thức ăn hoặc đồ dùng với người khác.
- Không dùng chung đồ dùng cá nhân như bàn chải đánh răng với người khác.

