

# Pahibalo sa Potensyal nga Pagka-ekspos sa K-12 nga mga Iskwelahan

Pangalan sa Potensyal nga naekspos nga indibidwal

Pangalan sa Iskwelahan

Petsa sa Pagka-ekspos

Ikaw giila nga posibleng adunay potensyal nga na ekspos ka sa tao nga adunay COVID-19 nga impeksyon sa iskwelahan.

**Kwarantinas kasunod sa pagka-ekspos sulod sa iskwelahan, bisan pa ug unsa ang kahimtang sa bakuna, dili na kinahanglan.**

## Unsa ang pasabot niini?

**Mahimo kang magpabilin sa iskwelahan gawas lang kong ikaw makitaan ug sintomas o mag positibo sa test sa COVID-19.** Isip usa ka potensyal nga na ekspos sa tao nga adunay COVID-19 wala magpasabot nga ikaw dayon mahimong matakdan niini. Ubay-ubay nga panukiduki nagpakita nga ang risyo sa pagtakod-takod sulod sa iskwelahan nga kahimtang kasagaran mubo o managsama sa pagtakod-takod sa komunidad nga lebel sa dihang daghan ang pagpanagang nga pamaagi ang ginahimo.

Sunda ang rekomenda sa pampublikong panglawas para makatabang sa pagpugong sa pagkatag sa COVID-19 sa balay ug sa iskwelahan.

## Rekomendasyon sa Publikong Panglawas

- Pag-test paglabay sa labing menos 5 ka adlaw human ka makasalamoha sa tao nga adunay COVID-19, bisan pa kong ikaw walay sintomas.
  - Gamit ug kaugalingong test o
  - Pangita ug lokasyon sa test:
    - COVID-19 [County Testing Programs](#)
    - [Community-Based Testing Sites for COVID-19](#)
- Pagmonitor sa sintomas.
  - Kong ang imong sintomas nagka-grabe, pagdali ug lain sa imong kaugalingon ug pag-test sa COVID-19.
  - Kong ikaw nagpositibo, kinahanglan nga maglain ka sa labing menos 5 ka adlaw. Gamita ang CDC's [Quarantine and Isolation Calculator](#) aron mahibaloan unsa ka taas sa panahon nga magpalain ka sa kaugalingon.
  - Kontak dayon ang imong healthcare provider kong taas ang purohan nga mo grabe ang imong sakit sa COVID-19. Ang epektibo nga pagpanambal makaplagan ra.
- Kong aduna kay dugang mga pangutana bisitaha ang <https://hawaiiicovid19.com/translations/> alang sa giya nga makaplagan sa 21 ka mga linguahe.
- Maabot nimo ang Hawai'i State Department of Health sa (808) 586-8332 kong aduna kay dugang mga pangutana.