

Abiso sa Potensyal na Pagkakalantad Para sa mga K-12 na Paaralan

Pangalan ng Indibiduwal na Potensyal na Nakalantad

Pangalan ng Paaralan

Petsa ng Pagkakalantad

Natukoy na ikaw ay may potensyal na pagkakalantad sa isang taong may COVID-19 sa paaralan.

Hindi kinakailangang mag-quarantine kasunod ng pagkakalantad sa paaralan, anuman ang iyong katayuan sa pagbabakuna.

Anong ibig sabihin nito?

Maaari kang manatili sa paaralan maliban kung magkakaroon ka ng mga sintomas o magpositibo sa COVID-19. Ang potensyal na pagkakalantad sa isang taong may COVID-19 ay hindi nangangahulugang mahahawa ka. Ipinapakita ng [maraming pag-aaral](#) na ang mga rate ng transmission sa loob ng paaralan ay karaniwang mas mababa kaysa o katulad sa mga antas ng transmission ng komunidad kapag isinasagawa ang mga diskarte sa pag-iwas sa COVID-19.

Sundin ang mga rekomendasyon sa pampublikong kalusugan para maiwasan ang pagkalat ng COVID-19 sa bahay at sa paaralan.

Mga Rekomendasyon sa Pampublikong Kalusugan

- Mag-test na hindi bababa sa 5 araw pagkatapos ng iyong huling pakikipag-ugnayan sa taong may COVID-19, kahit na wala kang mga sintomas.
 - Gumamit ng self-test kit [o](#)
 - Maghanap ng mga lugar pang-test:
 - COVID-19 [Mga Programang Pag-tetest sa County](#)
 - [Mga Site ng Pag-tetest na Nakabatay sa Komunidad para sa COVID-19](#)
- Subaybayan ang mga sintomas.
 - Kung magkakaroon ka ng mga sintomas, kaagad na ihiwalay ang iyong sarili at magpatest para sa COVID-19.
 - Kung nagpositibo ka, kailangan mong ihiwalay ang iyong sarili nang hindi bababa sa 5 araw. Gamitin ang [Quarantine and Isolation Calculator](#) ng CDC para malaman kung gaano katagal kang dapat manatiling hiwalay sa iba.
 - Makipag-ugnayan sa iyong doktor kung mas malamang na magkakasakit ka dahil sa COVID-19. Mayroon mga epektibong [paggamot](#).
- Kung mayroon kang mga karagdagang mga tanong, bisitahin ang <https://hawaii-covid19.com/translations/> bilang giya na isinalin sa 21 wika.
- Puwede mong tawagan ang Hawai'i State Department of Health sa (808) 586-8332 kung mayroon kang karagdagang mga tanong.