



COVID-19

HAWAII STATE DEPARTMENT OF HEALTH

PAG-ILA UG PAGPAKIG-ESTORYA SA IMONG MGA CLOSE CONTACT

Ang **close contact** mao si bisan kinsa nga naladlad sa COVID-19, bisag unsa pay ilang istado sa pagpabakuna.

Pagbantay sulod sa 10 ka adlaw ug sunda ang [Gimandoan sa Isolation ug Exposure](#). Ang usa ka tawo isipon gihapon nga close contact bisan pag naggamit ug mask ang usa nila o silang duha.

Dugang nga Kasayuran

Daghang mga hinungdan ang makapaimpluwensya sa peligro sa usa ka tao sa COVID-19, lakip ang unsa sila ka dugay naladlad ug unsa ka duol sa tao nga naa'y COVID-19 impeksyon; diin sila naladlad (sama, sa sulod o sa gawas); kahimtang sa pagbakuna; sa wala pa'y COVID-19 impeksyon status; ug paggamit sa personal protective measures (sama, paggamit ug mask).

Pinaagi sa kanunay nga paggamit ug sakto sa mask ug sa kanunay, makapanalipod ang mga tao sa ilang kaugalingon ug sa uban ug mamenosan ang ilang pagkaladlad sa COVID-19.

Pagbuhat og Usa ka Lista sa mga Close Contact nga Pahibaloon

- Kinsay kauban nimog puyo?
- Kinsay imong nakauban sa imong mga parente?
- Miadto ba ka sa trabahoan o eskuwelahan?
- Naa ba kay nakauban nga laing tawo niining bag-ohay ra?
 - Mikaon ug/o miinom sa restawran, bar, o uban pang establisemento?
 - Nag-ehersisyo uban sa ubang tawo o miadto sa gym o pasilidad sa pag-ehersisyo?
 - Gi-host sa pamilya o mga higala sa imohang balay o bisita sa pamilya o mga higala sa ilahang balay?
 - Mitambong og salo-salo o uban pang sosyal nga panagtapok o panagtapok sa trabaho?
- Miadto ba ka sa personal nga mga appointment? (sama sa salon, barber, doktor, dentista)?
- Misakay ba kag sakyanan uban ang ubang tawo o kaha sa pangpublikong transportasyon?
- Nakatambong ba kag serbisyo o kalihokan sa usa ka dapit ampoanan (sama sa simbahan)?

Pahibal-a ang mga Tao nga Imohang Nakauban nga Tingale Sila Naladlad sa COVID-19

Pwede ka manawag, text, instant message, o email imong contacts. Pakigkontak. Kon gusto ka, gamita ang [Tell Your Contacts](#) (Sultii ang Imong Contacts) nga website aron makapadalag email o text sa imong mga close contact nga wala magpaila.

Kon Unsay Isulti sa Imong mga Contact

“Hi. Naa koy importante nga kinahanglang ipakig-estorya nimo. Pwede kang maestorya kadiyot? Nnagpositibo ko sa COVID-19 niadtong (petsa). Nag-uban ta niadtong (petsa), ug gusto ti kang pahibaloon aron makapa-test ka ug maprotektahan ang imong pamilya ug ang uban. Bisn pag nabakunahan na ka o wala pa, kinahanglang mopalayo ka sa uban kon naa kay COVID-19. Palayo pod sa uban kon nasakit ka ug nagduda nga naay COVID-19, pero wala pay resulta sa test. Pagpuyo sa balay sulod sa dili moubos sa 5 ka adlaw, pagsul-ob og nahiangayng mask sulod sa 10 ka adlaw kon naa kay kaubang laing tawo, monitora ang mga sintomas, ug pagpa-test 5 ka adlaw human maladlad. Kon naa kay mga pangutana, naay available nga kanunayng ginapangutana ug mga resource ang Hawai'i State [Department of Health](#) sa ilang website.”