



HAWAI'I သူငယ်တန်းမှ ဆယ့်နှစ်တန်းအထိသင်ကြားသော ကျောင်းများအတွက် လမ်းညွှန်ချက် အကျဉ်းချုပ်

ကျောင်းများတွင် Covid-19 ပြန့်နှံ့မှု လျော့ချနည်း

- ကျောင်းသားများနှင့် ဝန်ထမ်းများကို ကာကွယ်ရန်အတွက် ကာကွယ်ဆေး အပြည့် ထိုးနှံပါ - ကာကွယ်ဆေး ထိုးခြင်းသည်သာ အဓိက အရေးကြီးသည့် အချက်ပါပဲ
 - အကျိုးဝင်သည့် လူတိုင်းသည် COVID-19 ကာကွယ်ဆေး အပြည့် ထိုးနှံထားသင့်သည်
 - ကာကွယ်ဆေးများမှာ အခမဲ့ဖြစ်ပြီး ဘေးကင်းကာ COVID-19 ကြောင့် နာမကျန်းဖြစ်ခြင်း သို့မဟုတ် သေဆုံးခြင်းမှ ကာကွယ်နိုင်ရန် ကူညီပေးပါသည်
- နေထိုင်မကောင်းသည့်အခါ ဆေးကုသမှုခံယူသည်မှလွဲ၍ နေအိမ်တွင်သာ နေထိုင်ပါ
- နှာခေါင်းစည်း တပ်ဆင်ခြင်းဖြင့် အလွန်ပြင်းထန်သည့် ရောဂါဖြစ်နိုင်ခြေ မြင့်မားသူများအတွက် ထပ်ဆောင်း အကာအကွယ်တစ်ခု ပေးအပ်ခြင်းဖြစ်သည်။
- လက်ကို မကြာမကြာ ဆေးကြောပြီး အကာအကွယ်ဖြင့် ချောင်းဆိုး၊ နှာချေပါ



သီးခြားနေထိုင်ရေး စည်းမျဉ်းစည်းကမ်းများ

- သင့်တွင် COVID-19 လက္ခဏာများရှိလျှင်¹ သို့မဟုတ် ရောဂါရှိကြောင်း ရလဒ်ထွက်ထားလျှင်-
- ကျောင်းသို့မသွားဘဲ ကျောင်းကို အသိပေးပါ
 - ဆေးကုသမှု ခံယူရန်မှအပ အိမ်တွင် သီးခြားနေထိုင်ရန်မှာ-
 - ရောဂါလက္ခဏာ ပထမဆုံး ပေါ်ပေါက်ပြီး သို့မဟုတ် စစ်ဆေးပြီး မည်သည့် ရောဂါလက္ခဏာမှ မရှိလျှင် အနည်းဆုံး 5 ရက်အပြည့် နှင့်
 - အဖျားကျဆေး သုံးရက် မလိုအပ်ဘဲ နောက်ဆုံးဖျားသည့်အချိန်မှ အနည်းဆုံး 24 နာရီအကြာ နှင့်
 - ရှိနေပြီးသား ရောဂါလက္ခဏာများ တိုးတက်ကောင်းမွန်လာသည့်တိုင်အောင်
 - သီးသန့်နေထိုင်ပြီးနောက် ကျောင်းသို့ပြန်လာသည့်အခါ အခန်းတွင်းတွင် 5 ရက်တိုင်အောင် အံဝင်ခွင့်ကျသည့် နှာခေါင်းစည်းတစ်ခု တပ်ထားပါ



¹ (ဥပမာ ဓာတ်မတည့်မှု၊ ရင်ကျပ်ပန်းနာ) စသည့် အခြား အကြောင်းများကြောင့် ရောဂါလက္ခဏာ ပြသနေသေးသည့် ကျောင်းသားများနှင့် ဝန်ထမ်းများနှင့် COVID-19 နှင့် ထိတွေ့ထားသည်ဟု မသိရှိထားသူများအနေဖြင့် ၎င်းတို့တွင် COVID-19 ရောဂါလက္ခဏာ အသစ် သို့မဟုတ် ပိုမိုဆိုးရွားသည့် ရောဂါ လက္ခဏာများ သို့မဟုတ် စမ်းသပ်တွေ့ရှိမှု မရှိထားလျှင် သီးခြားခြံနေရန် မလိုပါ။

ထိတွေ့မှု လမ်းညွှန်ချက်

- ကာကွယ်ဆေးထိုးထားသည်ဖြစ်စေ မထိုးထားသည်ဖြစ်စေ ရောဂါလက္ခဏာများမရှိလျှင် ကျောင်းတက်နိုင်သည်
- အခန်းတွင်း အခြားသူများအနားရှိသည့်အခါ 10 ရက်တိုင်အောင် နှာခေါင်းစည်းတစ်ခုကို ဝတ်ဆင်ထားပါ
- COVID-19 ရောဂါလက္ခဏာများကို စောင့်ကြည့်ပါ
- သင့်တွင် မည်သည့် ရောဂါ လက္ခဏာမှ မရှိသည့်တိုင်အောင် ရောဂါနှင့် ထိတွေ့ပြီးနောက် အနည်းဆုံး 5 ရက်အကြာတွင် စမ်းသပ်ပါ။
- ရောဂါလက္ခဏာ ရှိလာလျှင် ချက်ခြင်း သီးခြားနေထိုင်၍ ဆေးစစ်ပါ



- ကျောင်းများအတွက် လမ်းညွှန်ချက် - health.hawaii.gov/coronavirusdisease2019/resources/school-guidance/
- COVID-19 ကာကွယ်ဆေးများ - HawaiiCOVID19.com/vaccine/
- ဘာသာစကားမျိုးစုံပါဝင်သော အရင်းအမြစ်များ - HawaiiCOVID19.com/translations/