



**Para sa Mga Magulang at Tagapag-alaga: Mga Pagsusuri sa Kalusugan  
para sa COVID-19 sa Mga Paaralan, Childcare,  
at Programa para sa Mga Bata at Teenager**

**Na-update noong Agosto 10, 2020**

Dapat suriin ang iyong anak para sa mga sintomas ng COVID-19 araw-araw bago sila dumating at pagkadating niya. Kung ang iyong anak ay “medyo” may sakit, **MANATILI SA BAHAY!**

Tandaan na kung ang iyong anak ay nagkaroon ng malapit na contact sa isang taong may kumpirmadong COVID-19, dapat siyang **MANATILI SA BAHAY** nang hindi bababa sa 14 na araw! Ang malapit na contact ay tinutukoy bilang anumang malapit na contact sa isang taong may kumpirmadong COVID-19 nang hindi bababa sa 15 minuto sa loob ng 6 na talampakan. Kung wala pang 12 taong gulang ang iyong anak, ang malapit na contact ay pagiging nasa iisang pod o grupo sa isang paaralan, childcare, o programa. Kung ang iyong anak ay wala pang 12 taong gulang at nagkaroon ang kanyang pod o grupo ng kumpirmadong COVID-19, dapat manatili sa bahay ang iyong anak sa loob ng 14 na araw.

**HAKBANG 1: PAGSUSURI NG SINTOMAS**

Sagutin ang sumusunod na tanong:



Nararanasan ba ng iyong anak ang alinman sa mga sintomas na ito?

- Mga lagnat o pangingingig O KAYA temperatura 100.4 degrees Fahrenheit o mas mataas
- Pananakit ng lalamunan
- Bagong hindi nakokontrol na pag-ubo na nagdudulot ng kahirapan sa paghinga (para sa mga mag-aaral na may chronic allergic/ asthmatic na ubo, isang pagbabago sa kanyang ubo mula sa baseline)
- Pagtatae, pagsusuka, o pananakit ng tiyan
- Bagong pagsisimula ng matinding sakit ng ulo, lalo na kung may sakit

Sumagot ng oo kung BAGO o kaya IBA ang sintomas sa karaniwang nararanasan ng iyong anak, o kung **HINDI ITO MAIPALIWANAG**. Narito ang ilang halimbawa,

- May hika ang iyong anak. Madalas siyang ubuhin kapag nag-eehersisyo o may allergy.
  - Pangkaraniwan ang ubo niya → **HINDI**, hindi ito bago o iba.
  - Mas malala ang kanyang ubo kaysa sa karaniwan at iba ang tunog nito kumpara sa dati → **OO**
- Masakit ang lalamunan ng iyong anak
  - Kakakain lang niya ng malaking bag ng Sour Patch Kids. Masakit din ang dila niya. → **HINDI**, maipapaliwanag ang pananakit ng kanyang lalamunan sa pagkain ng candy.
  - Masakit ang lalamunan ng iyong anak para sa hindi malamang dahilan → **OO**

Magtiwala sa nararamdaman mo. Ikaw ang pinakanakakaalam sa hitsura at pagkilos ng iyong anak kapag magkakasakit siya.



## HAKBANG 2: PAGSUSURI PARA SA LAGNAT



Kung walang sintomas ang iyong anak, at kung pipiliin ng programa na kukunin ang mga temperatura, kukunin nila ang temperatura ng iyong anak para malaman kung mayroon siyang lagnat. Puwedeng hilingin sa iyo ng ilang programa na ikaw mismo ang kumuha sa temperatura ng iyong anak gamit ang thermometer.

Ang lagnat ay pagkakaroon ng temperaturang mahigit 100.4°F kapag kinuha mo ang temperatura ng iyong anak sa bahay o sa programa.

### KUNG MAY MGA SINTOMAS O LAGNAT ANG IYONG ANAK

Manatili sa bahay. Hindi puwedeng pumasok sa programa ang iyong anak at dapat siyang manatili sa bahay hangga't hindi niya natutugunan ang mga kundisyon para makabalik sa paaralan, childcare, o programa. Makipag-ugnayan sa regular na doktor o klinika ng iyong anak.

### PAGBALIK SA PAARALAN, CHILDCARE, O PROGRAMA

#### Kung susuriin ang iyong anak, puwede siyang bumalik pagkatapos ng:



- Negatibong pagsusuri para sa COVID-19 **AT**
- 24 na oras na walang lagnat, nang hindi umiinom ng gamot para mapababa ang lagnat, gaya ng acetaminophen (Tylenol) o ibuprofen (Advil, Motrin), **AT**
- Bumuti na ang mga sintomas. Hindi kailangang ganap na wala na ang mga sintomas.

Dapat kang magpakita ng katibayan ng negatibong pagsusuri ng iyong anak, halimbawa, ng resulta ng pagsusuri o mensahe mula sa klinika o site ng pagsusuri na negatibo ang naturang pagsusuri. Kapag nagpasuri ang iyong anak, ipaalam sa klinika o site ng pagsusuri na kakailanganin mo ito. Kadalasan, ito ang pinakamabilis na paraan para makabalik ang iyong anak sa programa.

#### Kung hindi susuriin ang bata, puwede siyang bumalik pagkatapos ng:



- 10 araw mula nang unang lumabas ang kanyang mga sintomas **AT**
- Bumuti na ang mga sintomas **AT**
- 24 na oras na walang lagnat, nang hindi umiinom ng gamot para mapababa ang lagnat, gaya ng acetaminophen (Tylenol) o ibuprofen (Advil o Motrin).

#### Mga exception: Doctor's Note o Clinic Note

Kung minsan, malinaw na iba ang dahilan ng mga sintomas ng isang bata, gaya ng strep throat o hand-foot-and-mouth disease. Sa ganitong sitwasyon, puwedeng i-clear ng provider ang isang bata para bumalik sa camp o childcare. Hindi ito nangangahulugang walang COVID-19 ang bata. Maraming batang may COVID-19 ang walang anumang sintomas. Ang ibig sabihin lang nito, nakakita ng partikular na sanhi, na iba pa sa COVID-19, para sa mga sintomas na naging dahilan para hindi makabalik ang bata sa programa.

Kung mayroon kang tala mula sa doktor o klinika na nagsasabing puwedeng bumalik nang mas maaga ang bata, dapat tanggapin ng programa ang tala, kahit na sabihin ng magulang na hindi nasuri ang bata para sa COVID-19. Puwedeng email, electronic na mensahe, o bahagi ng buod pagkatapos ng pagpapatingin ang nasabing tala. Hindi ito karaniwan.



## PAGPAPASURI SA IYONG ANAK PARA SA COVID-19

Tawagan ang iyong doktor. Kung ang iyong anak ay walang regular na doktor o klinika: makipag-ugnayan sa klinika sa card sa insurance sa kalusugan ng iyong anak.

Kung may Medi-Cal ang iyong anak: tumawag sa klinika gamit ang kanyang SFHP o Anthem Blue Cross card. Sabihin sa kanilang nakatalaga sa klinika ang iyong anak, at kailangan niyang magpasuri para sa COVID-19 para makabalik siya sa childcare o camp.

Kung walang insurance sa kalusugan o regular na doktor ang iyong anak, tumawag sa:

- Call Center ng Departamento sa Pamublikong Kalusugan ng San Francisco (San Francisco Department of Public Health, SFDPH) para sa Appointment ng Bagong Pasyente para sa COVID-19 sa 415-682-1740
- Mission Neighborhood Health Center sa 415-552-3870 x2217

Kung kailangan mo ng klinika na puwedeng tumingin ng mga batang mula sa mga pamilyang mababa ang kita para sa libreng pagsusuri ng bata habang walang sakit, at maitala siya sa pansamantalang Medi-Cal (CHDP Gateway), tingnan ang [https://www.sfdph.org/dph/files/MCHdocs/CHDP/CHDP\\_Provider\\_List\\_2020.pdf](https://www.sfdph.org/dph/files/MCHdocs/CHDP/CHDP_Provider_List_2020.pdf)