

Payo sa COVID-19 sa Nakipagsalamuha nang Malapitan para sa mga Manggagawa na Wala sa Healthcare



Ang pagsubaybay sa nakipagsalamuha (contact tracing) na ginawa sa inyong lugar ng trabaho ay nagsiwalat ng posibleng pagkakalantad sa isang kumpirmadong kaso ng COVID-19. **Nakilala kayo bilang isang nakipagsalamuha nang malapitan sa taong positibo sa COVID-19 at maaaring nalantad sa virus.** Ayon sa Centers for Disease Control and Prevention (CDC), ang virus ay pangunahing kumakalat sa pagitan ng mga taong nakipagsalamuha nang malapitan sa isa't isa (mas mababa ng 6 na talampakan ang layo ng 15 minuto o mas matagal) sa pamamagitan ng mga patak ng paghinga kapag ang isang nahawang tao ay umubo o bumahing. Nakakabahala kung malaman ang posibilidad ng pagkakalantad, ngunit ang pakikipagsalamuha sa isang tao na may COVID-19 ay hindi nangangahulugan na makakakuha kayo ng COVID-19 o magkaroon ng malubhang sakit. Karamihan sa mga taong may COVID-19 ay may banayad na sakit at maaaring gumaling sa bahay. Ang ilang tao na mayroong virus ay maaaring walang anumang sintomas. Lyon ang dahilan kung bakit ang inyong employer ay nakikipagtulungan kasama ang Departamento ng Pamublikong Pangkalusugan ng County ng Santa Clara upang gumawa ng mga pag-iingat para mapigilan ang karagdagang pagkakalantad. Mangyaring tingnan sa ibaba ang mga tagubilin tungkol sa pagkuwarantina, pagbubukod sa trabaho, pangangalaga na pangklinikang, at pagpapasuri.

Pagpapasuri at Pagkuwarantina/Pagbubukod

Testing:

- Lahat ng nakipagsalamuha ng malapitan ay dapat magpasuri kung sila ay may namumuong sintomas.
- Ang isang hindi kasama sa bahay na nakipagsalamuha ng malapitan (anuman ang katayuan ng pagbabakuna) ay kailangang magpasuri kaagad AT sa o pagkatapos ng 5 araw pagkatapos ng huling pagkakalantad sa kaso.
- Ang isang kasama sa bahay na nakipagsalamuha ng malapitan (anuman ang katayuan ng pagbabakuna) na mayroong kasalukuyang pagkakalantad ay dapat magpasuri ng tatlong beses: 1) Kaagad AT 2) 5 araw pagkatapos ng unang pagkakalantad sa kaso AT 3) 5 araw pagkatapos makumpleto ng kaso ang panahon ng pagbubukod
- Kung ang inyong resulta ng pagsusuri ay positibo**, kailangan ninyong manatiling nakabukod ng hanggang hindi bababa sa 10 araw ng nakalipas mula ng nag-umpisa ang inyong sintomas AT pagkatapos ng hindi bababa sa 24 na oras ng walang lagnat (nang hindi gumagamit ng gamot na nakakabawas ng lagnat) at ibang sintomas ay bumubuti.

Panahon ng Pagkwarantina

- Para sa Hindi Nabakunahan/Bahagyang Nabakunahan na Malapitang Nakasalamuha na MAY mga Sintomas:**
 - Kung walang pagsusuri, ang pagkwarantina ay matatapos pagkatapos ng 10 Araw mula sa huling petsa ng huling pagkakalantad AT hindi kukulangin ng 24 na oras pagkatapos ng pagkawala ng lagnat AT pagkabuti ng ibang sintomas, anuman ang mas matagal; O
 - Kung may pagsusuri, ang pagkwarantina ay matatapos pagkatapos ng 7 Araw kung ang pagsusuri ay nakolekta sa o pagkatapos ng 5 Araw mula sa petsa ng huling pagkakalantad ay negatibo AT 24 na oras o higit pa pagkatapos mawala ang lagnat AT mapabuti ang ibang sintomas, anuman ang mas matagal.
- Para sa Hindi Nabakunahan/ Bahagyang Nabakunahan na Nakipagsalamuha ng Malapitan na WALANG Sintomas:**
 - Kung walang pagsusuri, ang pagkwarantina ay matatapos ng 10 na Araw mula sa petsa ng huling pagkakalantad; O
 - Kung may pagsusuri, ang pagkwarantina ay maaaring matapos pagkatapos ng 7 na Araw kung ang pagsusuri ay nakolekta sa o pagkatapos ng 5 Araw mula sa petsa ng huling pagkakalantad ay negatibo.
- Panahon ng Pagkwarantina Para sa Dating Naimpeksyon na hindi Nabakunahang Nakipagsalamuha ng Malapitan:** Kung ang nakipagsalamuha ng malapitan ay may COVID-19 sa loob ng nakaraang 90 araw at hindi nagkaroon ng bagonng sintomas simula ng kanilang kamakailang pagkakalantad sa ibang tao na may COVID-19, hindi sila kailangang magkwarantina.
- Para sa Ganap na Nabakunahang Nakasalamuha ng Malapitan na MAY Sintomas:**
 - Kung walang pagsusuri, ang pagkwarantina ay matatapos pagkatapos ng 10 Araw mula sa petsa ng huling pagkakalantad AT hindi bababa sa 24 na oras pagkatapos mawala ang lagnat AT mapabuti ang ibang sintomas. Anuman ang mas matagal; O
 - Kung may pagsusuri, ang pagkwarantina ay matatapos kaagad kung ang pagsusuri ay nakolekta habang ang sintomas ay negatibo AT 24 na oras o higit pa pagkatapos mawala ang lagnat AT mapabuti ang ibang sintomas.
- Kung ikaw ay 1) **Ganap na Nabakunahan na Nakipagsalamuha ng Malapitan na WALANG mga Sintomas** O 2) **Dati nang Naimpeksyon ng COVID-19**, maaaring hindi ka kinakailangang magkwarantina KUNG matutugunan mo ang mga ilang kondisyon. Mangyaring tingnan ang sccstayhome.org para sa karagdagang impormasyon.

Para sa lahat ng Nakipagsalamuha ng Malapitan (Mayroon o Walang mga Sintomas)

Bilang karagdagan sa patnubay sa itaas:

- Ang mga nakipagsalamuha ng malapitan ay dapat magpatuloy ng pagsubaybay sa mga sintomas sa buong 14 na araw.
- Kung ang nakipagsalamuha ng malapitan ay patuloy na nalantad sa isang kaso sa panahon ng pagbubukod, ang Panahon ng Pagkwarantina ay magsisimula kaagad at matatapos ng 10 na araw pagkatapos na matapos ang panahon ng pagbubukod ng kaso, o kung makamit ang mga pamantayan ng pagsusuri sa itaas, 7 na araw pagkatapos na matapos ang panahon ng pagbubukod.

Pagbubukod sa Trabaho

Kayo ay nakabukod sa pagpunta sa lugar ng trabaho sa panahon ng pagkuwarantina ngunit maaari kayong magtrabaho nang wala sa opisina (remotely) kung papayag ang inyong employer. Kapag natugunan niyo ang mga kinakailangang pagpapasuri at panahon sa pagkuwarantina na nasa itaas, maaari kayong bumalik sa lugar ng trabaho na kasama ng mga rekomendasyon ng inyong employer, na maaaring partikular sa inyong posisyon.

Para sa karagdagang impormasyon sa COVID-19, mangyaring bisitahin ang aming website sa <http://www.sccgov.org/covid19>. Salamat sa paggawa ng inyong bahagi upang matigil ang pagkalat ng virus at mapanatiling malusog ang ating komunidad.

