

Chombo cha Wanafunzi na Wafanyikazi Kujipima maambukizi ya COVID-19

Waraka huu unazingatia maelekezo kutoka kwa Kituo cha Kukabiliana na Maambikizi ya Magonjwa (CDC) na inakusudiwa kutumika kila siku. **Mzazi/ Mlezi:** Tumia chombo hiki cha kujipima kwa kila mtoto katika nyumba yako kabla ya mtoto/ Watoto kuairi basi la shule au kuwasili katika jingo a shule. **Wafanyikazi:** Tumia chombo cha kujipima kila siku kabla ya kuwasili katika eneo la kazi.

Ikiwa wewe au mtoto wako mtaonyesha dalili zozote za COVID 19, au kuwa karib na mtu aliyeambukizwa kama ilivyoelezwa hapa chini, tafadhali kaa nyumbani. Wanlezi wanapaswa kuwajulisha mwalimu mkuu wa watoto wao ikiwa mwanafunzi au mtu yeyote katika nyumaba ya mwanafunzi ameambiizwa au kuhofia kuambukizwa na COVID19. Wafanyikazi wanapaswa kujulisha msimamizi wao.

Sehemu ya Kwanza: Dalili



Kuhisi homa au kuwa na joto ya 100.4°F au Zaidi mwilini. Kuhisi baridi.



Kuwashwa koo



Kikohozi kisichoweza kudhibitiwa, msongamano kifuani or kutokwa na kamasi (Kwa wanafunzi wenye kikohozi kinachoyokana na mizio/ pumu mabadiliko katika kikohozi cha kawaida. Matatizo ya kupumua.



Kuhara, kichefuchefu au kutapika. Maumivu ya misuli.



Kuumwa na kichwa



Kupoteza uwezo wa kunusa au kuonja .

Sehemu ya Pili: Kuwa karibu na mtu Aliyeambukizwa

- Kuwa karibu na mtu aliyeambukizwa (kati ya futi 6 kwa zaidi ya dakika 15 katika muda wa masaa 24.
- Umesafiri au kuishi katika eneo ambapo idara ya afya ya mtaa, eneo au nchi imeripoti kesi nyingi za maambukizo ya COVID-19. Kwa orodha iliyosasishwa ya majimbo, tembelea tovuti hii www.health.pa.gov/topics/disease/coronavirus/Pages/Travelers.aspx.