

Direktiba Blg. 2020-29 ng Opisyal sa Kalusugan ng Lungsod at County ng San Francisco
Handout ng Screening para sa Mga Bisita sa Mga Pasilidad na Panunuluyan
(Setyembre 16, 2020)

Alinsunod sa Direktiba Blg. 2020-29 ng Opisyal sa Kalusugan, dapat ibigay ang handout na ito sa iyo bago ang pag-check in sa isang Pasilidad na Panunuluyan. Nagbibigay ito ng mga tanong na dapat mong sagutan para maunawaan ang iyong panganib na mahawahan ng COVID-19 sa panahon ng pananatili mo. Pumunta sa www.sfcdcp.org/businesses para sa higit pang impormasyon o kopya ng form na ito.

Tandaan: ang form na ito ay para sa Mga Bisita sa Mga Pasilidad na Panunuluyan. Makikita ang mga form para sa screening ng Mga Tauhan sa Pasilidad na Panunuluyan sa www.sfcdcp.org/screening-handout.

Bahagi 1 – Sagutan ang mga sumusunod na tanong.

May karapatan ang mga bisita na panatiliing kumpidensyal ang kanilang mga sagot kung pipiliin nila.

1. Sa nakalipas na 10 araw, na-diagnose ka bang may COVID-19 o sumailalim ka ba sa isang pagsusuring nagkukumpirmang mayroon ka ng virus?

2. Sa nakalipas na 14 na araw, nagkaroon ka ba ng **“Close Contact”**[†] sa isang taong na-diagnose na may COVID-19 o sumailalim sa isang pagsusuring nagkukumpirmang mayroon siya ng virus habang nakakahawa siya[‡]?

† Ang ibig sabihin ng **“Close Contact”** ay kapag nagkaroon ka ng alinman sa mga sumusunod na uri ng contact sa isang taong may COVID-19 habang nakakahawa siya[‡]:

- Tumira ka sa kanya o nagpalipas ka ng gabi sa kanya
- Nakatalik mo siya
- Inalagaan ka o inalagaan mo siya
- Nakaugnayan mo siya nang may distansyang wala pang 6 na talampakan sa loob ng mahigit sa 15 minuto
- Direkta kang nailantad sa mga likido o secretion mula sa kanyang katawan (hal., naubuhan o nabahingan ka) habang hindi ka nakasuot ng face mask, pamprotekta sa mata, gown, at gloves

‡ Pagiging nakakahawa: Itinuturing na nakakahawa ang mga taong may COVID-19 simula 48 oras bago magsimula ang kanilang mga sintomas hanggang sa 1) hindi bababa sa 24 na oras na silang walang lagnat, 2) bumuti na ang kanilang mga sintomas, AT 3) hindi bababa sa 10 araw na ang lumipas mula noong magsimula ang kanilang mga sintomas. Kung hindi kailanman nagkaroon ng mga sintomas ang taong may COVID-19, ituturing siyang nakakahawa simula 48 oras bago ang kanyang pagsusuring nagkukumpirmang mayroon siyang COVID-19 hanggang sa 10 araw makalipas ang petsa ng pagsusuring iyon.

3. Nagkaroon ka ba ng alinman o higit pa sa mga sintomas na ito ngayong araw o sa nakalipas na 24 na oras na bago sa iyo o hindi maipapaliwanag ayon sa iba mo pang kundisyon?

- Lagnat (100.4°F/38.0°C o mas mataas), panlalamig, paulit-ulit na panginginig/pangangatog
- Ubo
- Pananakit ng lalamunan
- Pangangapos ng hininga, hirap sa paghinga
- Hindi pangkaraniwang panghihina o pagkahapo
- Kawalan ng panlasa o pang-amoy
- Pananakit ng kalamnan o katawan
- Pananakit ng ulo
- Sipon o baradong ilong
- Pagtatae
- Pagduruwal o pagsusuka

Bahagi 2 – Kung sumagot ka ng “OO” sa ALINMAN sa mga tanong na ito sa Bahagi 1

Kakailanganin mong baguhin ang iyong pagbiyahe sa pamamagitan ng alinman sa pagkansela sa iyong pananatili o sa pamamagitan ng paggawa ng mga planong i-isolate ang iyong sarili sa kwarto mo para maiwasan ang anumang pakikipag-ugnayan sa Tauhan o iba pang bisita.

Sundin ang Mga Hakbang sa Pag-isolate/Pag-quarantine sa:

www.sfcdcp.org/Home-Isolation-Quarantine-Guidelines

- Isaalang-alang ang pagkansela sa iyong pananatili kung magagawa mong mag-isolate/mag-quarantine mula sa ibang tao sa iyong bahay
- Kung mananatili ka sa Pasilidad na Panunuluyan para mag-isolate/ mag-quarantine mula sa ibang tao sa iyong bahay:
 - Sundin ang **Mga Hakbang sa Pag-isolate/Pag-quarantine** na binabanggit sa itaas at ituring ang iyong pansamantalang kwarto sa Pasilidad na Panunuluyan bilang tirahan mo; ibig sabihin, huwag kang umalis sa iyong kwarto hangga't maaari hanggang sa matapos ang panahon ng pag-isolate/pag-quarantine mo.
 - Humingi sa front desk ng kopya ng **Mga Hakbang sa Pag-isolate/Pag-quarantine** kung kailangan mo ito.
 - Magtanong kung may nakatalagang block ng mga kwarto para sa mga nag-a-isolate/nagko-quarantine at humiling ng kwarto sa block na iyon.
- Kung sumagot ka ng “OO” sa Tanong 1:
 - **DAPAT** mong sundin ang mga panuntunang **iniaatas ng Direktiba Blg 2020-03c sa Pag-isolate ng Opisyal sa Kalusugan**. Sundin ang mga panuntunang nakabuod sa: www.sfcdcp.org/Home-Isolation-Quarantine-Guidelines. Kung ikaw ay nasa Pasilidad na Panunuluyan, humingi sa front desk ng kopya kung kailangan mo ito.
 - Para sa Mga Pagsasaalang-alang para sa Mga Bisitang Nag-a-isolate o Nagko-quarantine sa Pasilidad na Panunuluyan, sumangguni sa **Mga Tip para sa Pananatili sa Mga Pasilidad na Panunuluyan sa Panahon ng COVID-19**.
- Kung sumagot ka ng “OO” sa Tanong 2:
 - **DAPAT** mong sundin ang mga panuntunang **iniaatas ng Direktiba Blg. 2020-02c sa Pag-quarantine ng Opisyal sa Kalusugan**. Sundin ang mga panuntunang nakabuod sa: www.sfcdcp.org/Home-Isolation-Quarantine-Guidelines. Kung ikaw ay nasa Pasilidad na Panunuluyan, humingi sa front desk ng kopya kung kailangan mo ito.
- Kung sumagot ka ng “OO” sa **Tanong 2 o 3** at hindi ka pa nasusuri, **MAGPASURI!**
 - Kung mayroon kang insurance, makipag-ugnayan sa iyong provider ng pangangalagang pangkalusugan para magpasuri sa COVID-19.
 - Kung wala kang insurance, puwede kang mag-sign up para sa libreng pagsusuri sa CityTestSF <https://sf.gov/get-tested-covid-19-citytestsf>.
 - Sundin ang mga tagubilin sa www.sfcdcp.org/Home-Isolation-Quarantine-Guidelines para matukoy ang mga susunod na hakbang depende sa resulta ng iyong pagsusuri.

Direktiba Blg. 2020-29 ng Opisyal sa Kalusugan ng Lungsod at County ng San Francisco

Tagal ng Pag-isolate o Pag-quarantine: Kung sumagot ka ng Oo sa alinman sa mga tanong sa Bahagi 1, narito kung paano malaman kung gaano katagal kang mananatiling naka-isolate o naka-quarantine:

- Bilang paalala, kung na-diagnose kang may COVID-19 o sumailalim ka sa pagsusuring nagkukumpirmang mayroon kang virus (sumagot ka ng Oo sa Tanong 1), hindi ka na ituturing na nakakahawa kung: wala pang 10 araw noong magsimula ang iyong mga sintomas, hindi ka nagkaroon ng lagnat sa loob ng hindi bababa sa 24 na oras nang hindi gumagamit ng pampababa ng lagnat na gamot, AT bumuti na ang iyong mga sintomas. Kung hindi ka kailanman nagkaroon ng mga sintomas, ituturing kang hindi na nakakahawa 10 araw makalipas ang petsa ng iyong pagsusuri sa COVID-19.
- Kung ikaw ay “Close Contact” ng isang taong na-diagnose na may COVID-19 o sumailalim sa pagsusuring nagkukumpirmang may virus siya (sumagot ka ng Oo sa Tanong 2), puwede mong ihinto ang pag-quarantine 14 na araw pagkatapos ng iyong huling “Close Contact” sa taong iyon.
- Kung sumagot ka ng Oo sa Tanong 3 sa Bahagi 1, posibleng puwede mong wakasan ang pag-isolate kapag nagkaroon ka ng negatibong pagsusuri. Tingnan ang www.sfcddcp.org/Home-Isolation-Quarantine-Guidelines para sa higit pang impormasyon.

Pakitandaan: Mahalaga ang mga bakuna para sa trangkaso sa paglaban sa COVID-19 sa pamamagitan ng (1) pagpapanatiling malusog ng mga manggagawa at komunidad (2) pagbabawas ng problema sa ating mga sistema ng pangangalaga sa kalusugan at pagsusuri na tumutugon sa COVID-19. **Ang mga mas matanda sa 6 na buwan ay lubos na hinihikayat na magpabakuna para sa trangkaso.** Alamin kung paano makakuha nito sa www.sfcddcp.org/flu.