Austin Public Health
PREVENT. PROMOTE. PROTECT.

ကလေးသူငယ် စောင့်ရှောက်ရေးနှင့် ဂဟောများရှိ မိသားစုများအတွက် COVID-19 အကြံပြုချက်များ

နှာခေါင်းစည်းများ

- COVID-19 လူမှုအသိုင်းအဝိုင်း ကူးစက်မှုအဆင့် မြင့်မားနေသောအခါ ကလေးသူငယ် စောင့်ရှောက်ရေး အစီအစဉ်များနှင့် ဂဟောများတွင် အသက် 2 နှစ်နှင့်အထက် အရွယ်ရှိသူ မည်သူမဆိုသည် နှာခေါင်းစည်းတပ်ရန်လိုအပ်သည်ဟု APH က အကြံပြုပါသည်။ ဤအချက်သည် ကာကွယ်ဆေးထိုးထားသူများသာမက ကာကွယ်ဆေးထိုးမထားသူများအတွက်ပါ အကျုံးဝင်ပါသည်။
- လူမှုအသိုင်းအဝိုင်း ကူးစက်မှုအဆင့် မမြင့်မားသောအချိန်တွင် ကလေးသူငယ်စောင့်ရှောက်မှု အစီအစဉ်များမှ လူများအနေဖြင့် အဆဲဆောက်ဦးအတွင်းတွင် နှာခေါင်းစည်း ဝတ်ရန်လိုသည်၊ မလိုသည်ကို သတ်မှတ်ပြဋ္ဌာန်းရန် ရွေးချယ်နိုင်ပါသည်။ APH သည် အဆိုပါ အစီအစဉ်များ၏ ဆုံးဖြတ်မှုများကို ထောက်ခံအားပေးပါသည်။
- နှာခေါင်းစည်းများတပ်ရန် မလိုအပ်လျှင်ပင် အောက်ပါအခြေအနေများတွင် သင့်ကလေးငယ်ကို နှာခေါင်းစည်း တပ်ခိုင်းရန် သင်ရွေးချယ်နိုင်ပါသည်-
    - သင့်ကလေးငယ်အား ကာကွယ်ဆေးထိုးမထားပါ သို့မဟုတ် COVID-19 ကာကွယ်ဆေးအတွက် သတ်မှတ်ချက်မမီသေးပါ
    - သင့်ကလေးငယ်သည် ကိုယ်ခံအားချို့ယွင်းနေသည် သို့မဟုတ် COVID-19 ကြောင့် ပြင်းထန်သော ဖျားနာမှု ဖြစ်နိုင်ခြေ မြင့်မားသည်
    - သင်၏ အခြားမိသားစုဝင်များသည် ပြင်းထန်သော ရောဂါ ဖြစ်နိုင်ခြေ ပိုရှိမြင့်မားသည် သို့မဟုတ် ကာကွယ်ဆေးထိုးမထားပါ
- ရောဂါလက္ခဏာများပြသူများ၊ စစ်ဆေးမှုခံယူရာတွင် ပိုးတွေ့သူများ သို့မဟုတ် COVID-19 ရှိသည့် တစ်စုံတစ်ယောက်နှင့် ထိတွေ့မှုရှိသည့် သူများသည် 10 ရက်တာ နှာခေါင်းစည်းဝတ်သင့်ပါသည်။ အဆိုပါ အချိန်အတွင်း နှာခေါင်းစည်း မဝတ်နိုင်သည့် နေရာများသို့ မသွားသင့်ပါ။
- သင့်ကလေး၏ နှာခေါင်းစည်းသည် ကောင်းစွာ အံဝင်ပြီးသက်သောင့်သက်သာရှိရပါမည်။

ထိတွေ့မှု

- COVID-19 ရှိသူတစ်ဦးနှင့် ထိတွေ့ထားသူများသည် အိမ်တွင်နေရန်နှင့် ကွာရန်တင်းဝင်ရန် မလိုအပ်ပါ။ ထိတွေ့ထားသူများ (အသက် 2 နှစ်နှင့်အထက်) သည် COVID-19 ရှိသူတစ်ဦးနှင့် နောက်ဆုံးထိတွေ့ပြီးနောက် 10 ရက်ကြာ မိမိတို့အိမ်အတွင်းနှင့် အများပြည်သူကြား အခြားသူများအနီးရှိချိန်တွင် နှာခေါင်းစည်းဝတ်သင့်ပါသည်။ (နေ့ 1 သည် နောက်ဆုံးထိတွေ့ပြီးနောက် ပထမဆုံး ရက်အပြည့်ဖြစ်သည်။) ယင်းမှာ ကာကွယ်ဆေးထိုးထားသူများနှင့် ကာကွယ်ဆေးမထိုးထားသူများနှင့်ပါ

စစ်ဆေးခြင်း

- COVID-19 နှင့် ထိတွေ့သူများသည် COVID-19 ရှိသူတစ်ဦးနှင့် နောက်ဆုံးထိတွေ့ပြီးအနည်းဆုံး 5 ရက်အပြည့်ကြာပြီးနောက် စစ်ဆေးမှုခံယူသင့်သည်။ ဤအချက်သည် ရောဂါလက္ခဏာများ မပြသူများသာမက ကာကွယ်ဆေးထိုးထားပြီးသူများအတွက်ပါ အကျုံးဝင်ပါသည်။ (ထိတွေ့မှုရှိသူသည် ပြီးခဲ့သည့် ရက်ပေါင်း 90 အတွင်း COVID-19 ဖြစ်ထားပြီးဖြစ်ပါက ဤ သီးသန့်စစ်ဆေးမှု အကြံပြုချက်များကို ကြည့်ပါ။)

သက်ဆိုင်ပါသည်။ ၎င်းတို့သည် – ရောဂါလက္ခဏာများကိုလည်း စောင့်ကြည့်သင့်ပါသည်။ COVID-19 ကြောင့် အပြင်းအထန် ရောဂါဖြစ်နိုင်ချေများသူများအနီးတွင် အထူးကြိုတင်ကာကွယ်ပါ။ ပြီးလျှင် စစ်ဆေးမှုခံယူပါ။

- အနီးကပ် ထိတွေ့သူများသည် COVID-19 ကာကွယ်ဆေးများကို နောက်ဆုံးအဆင့် ထိုးမထားပါက၊ မည်သည့် COVID-19 ကာကွယ်ဆေးကိုမဆို ထိုးနှံထားခြင်း မရှိပါက သို့မဟုတ် လွန်ခဲ့သော ရက်ပေါင်း 90 အတွင်း COVID-19 ကို ကူးစက်ခံခဲ့ကြောင်း အတည်ပြုမထားပါက အိမ်တွင်နေပြီး ကွာရန်တင်းဝင်ရပါမည်။
    - နှာခေါင်းစည်းတပ်နိုင်ပြီး အစာစား၊ ရေသောက် သို့မဟုတ် တစ်မှေးအိပ်နေစဉ် အခြားလူများနှင့် 6 ပေအကွာတွင် ရှိနေနိုင်ပါက 5 ရက်တာ ကွာရန်ဝင်းဝင်နိုင်သည်။ သို့မဟုတ်ပါက 10 ရက်တာ ကွာရန်တင်းဝင်ပါ။

- COVID ကဲ့သို့ ရောဂါလက္ခဏာများပြသည့် မည်သူမဆိုသည် ချက်ချင်း စစ်ဆေးမှုခံယူရပါမည်။ ဤအချက်သည် ကာကွယ်ဆေးထိုးထားသူများ သို့မဟုတ် ယခင်က COVID-19 ဖြစ်ခဲ့ပြီးသူများ အပါအဝင် လူတိုင်းအတွက် အကျုံးဝင်ပါသည်။

COVID-19 ပိုးတွေ့ သို့မဟုတ် COVID ကဲ့သို့ ရောဂါလက္ခဏာများ

- ကလေးငယ်တွင် ရောဂါလက္ခဏာများပြနေပါက စစ်ဆေးမှု ရလဒ်များကို စောင့်ဆိုင်းနေစဉ် သူသည် အိမ်တွင် သီးသန့်ခွဲနေရပါမည်။
- COVID-19 အတွက် စစ်ဆေးမှုခံယူရာတွင် ပိုးတွေ့သည့် ကလေးများသည် အိမ်တွင် အနည်းဆုံး 5 ရက်ကြာ သီးသန့်ခွဲနေရပါမည်။ ဤသို့ လုပ်ရန်လိုအပ်ကြောင်း Texas (တက္ကဆက်) ပြည်နယ်ကျန်းမာရေး ဝန်ဆောင်မှုများဌာန မှ ပြဋ္ဌာန်းထားသည်။ ၎င်းသည် ရောဂါလက္ခဏာများပြနေသည့် ကလေးများသာမက ရောဂါလက္ခဏာများ မပြသည့်ကလေးများအတွက်ပါ အကျုံးဝင်ပါသည်။ အစီအစဉ်သို့ ပြန်လာရန်အတွက် ကလေးငယ်သည် အနည်းဆုံး 24 နာရီအထိ ဆေးမသောက်ဘဲ အဖျားကင်းစင်ရမည်ဖြစ်ပြီး အခြားရောဂါလက္ခဏာများသည် ပိုကောင်းမွန်လာနေရမည်။
- ရောဂါလက္ခဏာများရှိသော သို့မဟုတ် ပိုးတွေ့စစ်ဆေးမှုရလဒ်ရှိသော လူများသည် ၎င်းတို့၏ အိမ်အတွင်း အခြားသူများအနားနှင့် လူထုကြားတွင် 10 ရက်တာလုံး နှာခေါင်းစည်း ဝတ်ရပါမည်။ ဤအချက်သည် ကာကွယ်ဆေးထိုးထားသူများ သို့မဟုတ် ယခင်က COVID-19 ဖြစ်ခဲ့ပြီးသူများ အပါအဝင် အသက် 2 နှစ်အထက်ရှိသူတိုင်းအတွက် အကျုံးဝင်ပါသည်။ APH သည် အသက် 2 နှစ်အောက်ကလေးများကဲ့သို့ အခြားသူများအနီးရှိချိန်တွင် နှာခေါင်းစည်းဝတ်၍မရနိုင်သော ကလေးများကို ၎င်းတို့တွင် COVID-19 ရှိပါက အိမ်တွင် 10 ရက်အပြည့်နေရန် အကြံပြုပါသည်။