

[[REDACTED]]

ခင်မင်ရပါသော မိဘ/အုပ်ထိန်းသူ ခင်ဗျာ-

ကျွန်ုပ်သည် [[REDACTED]] ၏ကိုယ်စား ဖော်ပြပါအချက်အလက်များကို သင်နှင့်အတူ မျှဝေခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ ကျွန်ုပ်တို့ထံ [[REDACTED]] သို့မဟုတ် Vermont ကျန်းမာရေးဌာနထံ 855-722-7878 သို့ လွတ်လပ်စွာ ဖုန်းခေါ်ဆိုပါ။

ဤစာသည် COVID-19 ရောဂါလက္ခဏာများရှိနေသော ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူများ နှင့်/သို့မဟုတ် COVID-19 ကူးစက်ခံထားရသည်ဟု စစ်ဆေးတွေ့ရှိထားသော ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူ အများအပြားရှိနေကြောင်း အသိပေးရန် ဖြစ်ပါသည်။ COVID-19 သည် လေထဲမှတစ်ဆင့် လူလူချင်း ကူးစက်သော ကူးစက်နိုင်သည့် အသက်ရှူလမ်းကြောင်းဆိုင်ရာရောဂါတစ်ခု ဖြစ်ပါသည်။ လူတစ်ဦးတွင် ရောဂါလက္ခဏာများ မပြသမီ ၎င်းက ပျံ့နှံ့သွားနိုင်ပါသည်။

သင့်ကလေးများ၏ ကာကွယ်ဆေးထိုးနှံမှု အခြေအနေကို မည်သို့ပင်ရှိစေကာမူ ၎င်းတို့တွင် COVID-19 ရောဂါ လက္ခဏာများ ရှိ မရှိ စောင့်ကြည့်လေ့လာပေးပါ။ သင့်ကလေးသည် ကျောင်းဆက်တက်နိုင်ပါသည်။ သင့်ကလေး စတင်ဖျားနာလာပါက COVID-19 စစ်ဆေးမှုခံယူရန် အကြံပြုပါသည်။ [စစ်ဆေးသည့်နေရာများနှင့် အခြား အချက်အလက်များအား ဤနေရာတွင် တွေ့နိုင်ပါသည်။](#)

COVID-19 ရောဂါလက္ခဏာများတွင် ဖျားခြင်း၊ ခေါင်းကိုက်ခြင်း၊ ချမ်းတုန်ခြင်း၊ ကိုယ်ခန္ဓာ/ကြွက်သားများ ကိုက်ခဲခြင်း၊ ချောင်းဆိုးခြင်း၊ နှာရည်ယိုခြင်း၊ အရသာ နှင့်/သို့မဟုတ် အနံ့အာရုံ ဆုံးရှုံးခြင်း၊ အသက်ရှူမဝခြင်းနှင့် လည်ချောင်းနာခြင်းတို့ ပါဝင်ပါသည်။ လူတစ်ဦးသည် မအီမသာဖြစ်ခြင်း၊ အော့အန်ခြင်း၊ နှင့် ဝမ်းလျှောခြင်းတို့ ကိုလည်း ခံစားရနိုင်ပါသည်။

သင့်ကလေးသည် COVID-19 ကူးစက်ခံထားရကြောင်း စစ်ဆေးတွေ့ရှိပါက၊ ၎င်းတို့ကို အိမ်တွင် 5 ရက်နေခိုင်းပါ။ ၎င်းတို့၏ရောဂါလက္ခဏာများ သက်သာလာပြီး အဖျားကျဆေးများမသောက်ဘဲ အနည်းဆုံး 24 နာရီကြာသည် အထိ အဖျားမရှိတော့ပါက ကျောင်းပြန်တက်နိုင်ပါသည်။ သင့်ကလေးအတွက် COVID-19 ကုသမှုတစ်ခုခုကို အကြံပြုထောက်ခံခြင်းရှိမရှိ သိရန် သင်၏ ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု ပံ့ပိုးပေးသူကို မေးမြန်းပါ။

ဤသည်တို့မှာ သင်၏မိသားစုနှင့် အခြားသူများကို ဤအချိန်ကာလအတွင်းတွင် ကျန်းမာနေစေသည့် နည်းလမ်းအချို့ဖြစ်ပါသည်-

- COVID-19 ကာကွယ်ဆေးထိုးနှံမှုနှင့်ပတ်သက်၍ အချိန်နှင့်တစ်ပြေးညီ သိအောင်နေပါ။
- ရောဂါလက္ခဏာများ ပေါ်လာသည့်အခါ COVID-19 စစ်ဆေးမှု ရယူပါ။ စစ်ဆေးသည့်နေရာများနှင့် အခြားသော အချက်အလက်များကို ဤနေရာတွင် တွေ့နိုင်ပါသည်။
- သင့်ကလေး နေမကောင်းပါက၊ ၎င်းတို့ကို ကျောင်းမတက်စေဘဲ အိမ်တွင်နေခိုင်းပါ။
- ချောင်းဆိုးပါက ဖုံးကာထားကာ ၎င်းတို့၏လက်များကို ဆေးကြောရန် သင့်ကလေးကို တိုက်တွန်းပါ။
- အထူးသဖြင့် သင်နှင့်အတူနေသော/အတူအချိန်ကုန်သော တစ်စုံတစ်ဦးက ကိုယ်ခံအားနည်းနေပါက သို့မဟုတ် COVID-19 ကြောင့် အလွန်အမင်း ဖျားနာနိုင်ချေရှိပါက၊ အခန်းတွင်းနေရာများ၌ နှာခေါင်းစည်း ဝတ်ဆင်ထားခြင်းကို စဉ်းစားပါ။

COVID-19 နှင့်ပတ်သက်သည့် ပိုမိုသောအချက်အလက်များအတွက်၊ Vermont ကျန်းမာရေးဌာနထံ 802-863-7240 သို့ ဆက်သွယ်ပါ။

အကူအညီဖြစ်စေသည့်လင့်ခ်များ-

- [CDC Covid-19 အချက်အလက်စာရွက်](#)
- [သင့်တွင်ပိုးတွေ့ ရှိကြောင်း စစ်ဆေးမှုရလဒ်အတွက် Vermont ကျန်းမာရေးဌာန လမ်းညွှန်ချက်](#)
- [COVID-19 ကာကွယ်ဆေး သို့မဟုတ် အားမြှင့်တင်ဆေး ထိုးနှံခြင်း](#)
- [စစ်ဆေးသည့်နေရာများနှင့် အခြားအချက်အလက်များ](#)



[Insert Today's Date]

Dear Parent/Guardian:

I am sharing the following information with you on behalf of [insert school name]. Please feel free to call us at [SCHOOL NURSE PHONE NUMBER] or the Vermont Department of Health at 855-722-7878.

This letter is to inform you that there are several students with symptoms of COVID-19 and/or who have tested positive for COVID-19. COVID-19 is a contagious respiratory disease that is spread person-to-person through the air. It can be spread before a person shows symptoms.

Please monitor your child for symptoms of COVID-19, regardless of their vaccination status. Your child may continue to go to school. If your child starts to feel sick, it is recommended that they test for COVID-19. [Testing locations and other information can be found here.](#)

Symptoms of COVID-19 include fever, headache, chills, body/muscle aches, cough, runny nose, loss of taste and/or smell, shortness of breath and sore throat. A person may also experience nausea, vomiting, and diarrhea.

If your child tests positive for COVID-19, keep them home for 5 days. They may return to school if their symptoms have improved and they have had no fever for at least 24 hours without the use of medicine that reduces fevers. You may ask your healthcare provider to see if any treatment for COVID-19 is recommended for your child.

Here are [some ways to keep your family and others healthy during this time](#):

- Stay up to date on COVID-19 vaccination.
- Get a test for COVID-19 when symptoms occur; [testing locations and other information can be found here.](#)
- If your child is sick, keep them home from school.
- Encourage your child to cover any cough and to wash their hands.
- Consider masking in indoor spaces, especially if someone you live/spend time with is immunocompromised or is more likely to get very sick with COVID-19.

For more information on COVID-19, contact the Vermont Department of Health at 802-863-7240.

Helpful links:

- [CDC Covid-19 Fact Sheet](#)
- [Vermont Department of Health guidance for if you test positive](#)
- [Getting the COVID-19 vaccine or booster](#)
- [Testing locations and other information](#)