



# ဖျားနာမှု ဖြစ်ပြီးနောက် ကျောင်းသို့ပြန်လာခြင်း မိသားစုများအတွက် COVID-19 အချက်အလက်

စက်တင်ဘာလ 2021

ဤလမ်းညွှန်ချက်ကို အထောက်အထားခိုင်လုံသည့် လူထုကျန်းမာရေး အခြေခံမူများကို အသုံးပြု၍ လူထု ကျန်းမာရေးနှင့် ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု ကျွမ်းကျင်သူများက ဖန်တီးရေးသားခဲ့သည်။ ဒေသန္တရနှင့် ပြည်နယ် အခြေအနေများ အပြောင်းအလဲရှိသည်နှင့်အမျှ ၎င်းကိုလည်း ပြင်ဆင်နိုင်ပါသည်။ သင့်ကလေး၏ ကာကွယ်ဆေးထိုးမှု အခြေအနေများနှင့် မသက်ဆိုင်ဘဲ သင့်ကလေး၏ ကျန်းမာရေးနှင့် ပတ်သက်၍ မေးခွန်းများ သို့မဟုတ် စိုးရိမ်မှုများ သင့်တွင် ရှိပါက၊ သင့်ကလေး၏ ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုပေးသူနှင့် တိုင်ပင်ပါ။

## ကျွန်ုပ်၏ ကလေးတွင် အိမ်တွင်း၌ ရောဂါလက္ခဏာများ ရှိပါက သို့မဟုတ် ကျောင်းတွင် ဖျားနာပါက ဘာဖြစ်မလဲ။

- သင့်ကလေးတွင် အောက်ဖော်ပြပါ COVID-19 ရောဂါလက္ခဏာများ ရှိနေပါက၊ ၎င်းတို့ကို ကျောင်းမသွားခိုင်းဘဲ အိမ်မှာနေခိုင်းပြီး ၎င်းတို့၏ ကျောင်းပျက်မှုကို သတင်းပို့ရန် ကျောင်းသို့ ဖုန်းခေါ်ဆိုပါ။
- သင့်ကလေးသည် ကျောင်း၌ရှိနေစဉ် အောက်ဖော်ပြပါ COVID-19 ရောဂါလက္ခဏာများ ရှိနေပါက၊ နေထိုင်မကောင်းသော ကျောင်းသားများအတွက် သီးသန့် စီစဉ်ထားသည့် နေရာသို့ ၎င်းတို့ကို ရွှေ့ပြောင်းမည်ဖြစ်ပြီး သင့်ကလေးအား တတ်နိုင်သမျှ အမြန်ဆုံး လာခေါ်ရန် သင့်ထံ ဖုန်းခေါ်ဆိုပါမည်။
- သင့်ကလေး ဖျားနာနေပါက သင့်ကလေး၏ ကျောင်းသူနာပြု (အားလပ်ပါက) နှင့် ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်မှုပေးသူထံ အချက်အလက်များ မျှဝေရန် ခွင့်ပြုပေးသည့် သဘောတူညီချက်ဖောင်ကို ဖြည့်စွက်ပေးပါရန် သင့်အား တိုက်တွန်းအပ်ပါသည်။
- ကလေးတစ်ဦး ကျောင်းပြန်တက်နိုင်သည့် အချိန်နှင့် ပတ်သက်သော ဆုံးဖြတ်ချက်များကို ကျောင်းသူနာပြု၊ ကျောင်းသား၏ ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုပေးသူနှင့် မိသားစုက ချမှတ်ပေးပါမည်။ အဆိုပါ ဆုံးဖြတ်ချက်များသည် သင့်ကလေး၏ ကျောင်းနှင့် အသိုင်းအဝိုင်း၏ ကျန်းမာရေးနှင့် ဘေးကင်းရေးကို သေချာစေပါသည်။

ကျွန်ုပ်၏ ကလေးသည် မည်သည့်အချိန်တွင် **COVID-19 စစ်ဆေးမှု**  
(အင်္ဂလိပ်ဘာသာဖြင့် လင့်ခ်) လိုအပ်ပါသလဲ။

- ဒါတွေကတော့ COVID-19 နှင့် ဆက်စပ်နေသော လက်ရှိ ကလေးဆိုင်ရာ ရောဂါလက္ခဏာများ ဖြစ်ပါသည်-

ကိုယ်ပူခြင်း (100.4°F သို့မဟုတ် ယင်းအထက်)	မအီမသာဖြစ်ခြင်း
ချောင်းဆိုးခြင်း	ပျို့အန်ခြင်း
အသက်ရှူကျပ်ခြင်း	ဝမ်းလျှောခြင်း
လည်ချောင်းနာခြင်း	ပင်ပန်းနွမ်းနယ်ခြင်း
နာရည်ယိုခြင်း	ကြွက်သားနာခြင်းများ
အနံ့ သို့မဟုတ် အရသာ မရတော့ခြင်း	ခေါင်းကိုက်ခြင်း

- သင့်ကလေးတွင် **24** နာရီထက်ကြာအောင် COVID-19 ရောဂါလက္ခဏာများ ရှိပါက၊ ၎င်းတို့သည် COVID-19 PCR စစ်ဆေးမှု ရယူသင့်ပါသည်။ အစီအစဉ်ကို သင့်ကလေး၏ ကျောင်းသူနာပြု သို့မဟုတ် တာဝန်ကျ ဝန်ထမ်းအား အသိပေးပြောပြပါ။
- သင့်ကလေးတွင် ကိုယ်ပူခြင်း၊ ချောင်းဆိုးခြင်း၊ နာရည်ယိုခြင်း၊ ခေါင်းကိုက်ခြင်း သို့မဟုတ် အနံ့ သို့မဟုတ် အရသာ မရတော့ခြင်း ဖြစ်နေပါက သင့်ကလေးအား 24 နာရီထက် စော၍ စစ်ဆေးမှုခံယူရန် စဉ်းစားပါ။ ဒါတွေကတော့ Vermont (ဗားမောင့်) ရှိ COVID-19 အတွက် စစ်ဆေးမှုပိုးတွေ့သည့် ကလေးများက အများအားဖြင့် ကြုံတွေ့နေရသည့် ရောဂါလက္ခဏာများ ဖြစ်ပါသည်။ သင့်ကလေးက အစောပိုင်း စစ်ဆေးမှု လိုအပ်၊ မလိုအပ် ဆုံးဖြတ်ရာတွင် အကူအညီ လိုအပ်ပါက သင့်ကလေး၏ ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်သူနှင့် တိုင်ပင်ပါ။
- သင့်ကလေးသည် အထက်တွင် ဖော်ပြထားသည့် ဓာတ်မတည့်မှု ရောဂါလက္ခဏာများကို ကြုံတွေ့နေရပါက၊ ယခုကဲ့သို့ COVID-19 ဗိုင်းရပ်စ်၏ တိုးပွားလာသော အချိန်ကာလအတွင်း COVID-19 PCR စစ်ဆေးမှုများကို အကြံပြုပါသည်။

## ကျွန်ုပ်၏ ကလေးက ကျောင်းသို့ ဘယ်အချိန် ပြန်သွားနိုင်ပါသလဲ။

သင်က သင့်ကလေး ကျောင်းသို့ ပြန်သွားရန်အတွက် လက်မှတ်ထိုးထားသော ဆရာဝန်၏ မှတ်စု မလိုအပ်ပါ။

- သင့်ကလေးတွင် **24** နာရီအောက်ကြာအောင် ဖျားနာမှု ရောဂါလက္ခဏာများ ရှိပါက၊ ဖျားနာမှု ရောဂါလက္ခဏာများ ပျောက်ကင်းသွားသောအချိန်မှ **24** နာရီ သို့မဟုတ် ယင်းအထက် ကြာပြီးနောက် ၎င်းတို့က ကျောင်းသို့ ပြန်သွားနိုင်ပါသည်။
- သင့်ကလေးတွင် COVID-19 ရောဂါလက္ခဏာများ ရှိနေပြီး **COVID-19** စစ်ဆေးမှု ပြုလုပ်ခဲ့ပါက -
  - စစ်ဆေးမှု၏ ရလဒ်များကို လက်ခံရရှိချိန်အထိ ကွာရန်တင်းဝင်ရပါမည်။
  - စစ်ဆေးမှု ရလဒ်များမှာ ပိုးမတွေ့ဖြစ်ပါက၊ ၎င်းတို့က အောက်ပါအခြေအနေနောက်ပိုင်းတွင် ကျောင်းသို့ ပြန်သွားနိုင်ပါသည် -
    - ကိုယ်ပူကျဆေး မသောက်ဘဲ ကိုယ်မပူတော့သည်မှာ **24** နာရီ သို့မဟုတ် ယင်းအထက် ဖြစ်ခဲ့ပြီး
    - အခြား ရောဂါလက္ခဏာများ ကောင်းမွန်တိုးတက်လာခဲ့သည်။
  - စစ်ဆေးမှု ရလဒ်များမှာ ပိုးတွေ့ဖြစ်လျှင်၊ အောက်ပါအခြေအနေ ဖြစ်ပြီးနောက် ၎င်းတို့က ကျောင်းသို့ ပြန်သွားနိုင်ပါသည် -
    - ကိုယ်ပူကျဆေး မသောက်ဘဲ ကိုယ်မပူတော့သည်မှာ **24** နာရီ သို့မဟုတ် ယင်းအထက် ဖြစ်ခဲ့ပြီး
    - အခြား ရောဂါလက္ခဏာများ ကောင်းမွန်တိုးတက်လာခြင်း၊ နှင့်
    - ရောဂါလက္ခဏာများ ဖြစ်ပေါ်လာချိန်မှာ **10** ရက် သို့မဟုတ် ယင်းအထက် ကျော်သွားချိန်။
- သင့်ကလေးတွင် **24** နာရီထက် ပိုကြာသည့် COVID-19 (စာမျက်နှာတစ်တွင် ဖော်ပြထားသည့်) ရောဂါလက္ခဏာများရှိပြီး COVID-19 စမ်းသပ်မှုမလုပ်ခဲ့သော်လည်း ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု ပေးသူက အလားတူ ရောဂါစစ်ဆေးမှု ပြုလုပ်ခဲ့ပါက၊ အောက်ပါအခြေအနေနောက်ပိုင်းတွင် ကျောင်းသို့ ပြန်သွားနိုင်ပါသည် -
  - ကိုယ်ပူကျဆေး မသောက်ဘဲ ကိုယ်မပူတော့သည်မှာ **24** နာရီ သို့မဟုတ် ယင်းအထက် ဖြစ်ခဲ့သည်၊ ထို့အပြင်
  - အခြား ရောဂါလက္ခဏာများ ကောင်းမွန်တိုးတက်လာခဲ့သည်။



# ဖျားနာမှု ဖြစ်ပြီးနောက် ကျောင်းသို့ ပြန်လာခြင်း မိသားစုများအတွက် COVID-19 အချက်အလက်

စက်တင်ဘာလ 2021

- သင့်ကလေးတွင် **24** နာရီထက် ပိုကြာသည့် COVID-19 (စာမျက်နှာတစ်တွင် ဖော်ပြထားသည့်) ရောဂါလက္ခဏာများရှိပြီး COVID-19 စမ်းသပ်မှုမလုပ်ခဲ့သော်လည်း အလားတူ ရောဂါစစ်ဆေးမှု မပြုလုပ်ခဲ့ပါက၊ အောက်ပါအခြေအနေနောက်ပိုင်းတွင် ကျောင်းသို့ ပြန်သွားနိုင်ပါသည် -
  - ကိုယ်ပူကျဆေး မသောက်ဘဲ ကိုယ်မပူတော့သည်မှာ 24 နာရီ သို့မဟုတ် ယင်းအထက် ဖြစ်ခဲ့ပြီး
  - အခြား ရောဂါလက္ခဏာများ ကောင်းမွန်တိုးတက်လာခြင်း၊ နှင့်
  - ရောဂါလက္ခဏာများ ဖြစ်ပေါ်လာချိန်မှာ အနည်းဆုံး 10 ရက်ကျော်သွားချိန်။

This guidance was developed by public health and healthcare professionals using proven public health principles. It may be revised in response to changing local and state circumstances. If you have any questions or concerns about your child's health, regardless of your child's vaccination status, consult your child's healthcare provider.

## What happens if my child has symptoms at home or gets sick in school?

- If your child has any of the COVID-19 symptoms listed below, keep them home from school and call the school to report their absence.
- If your child has any COVID-19 symptoms listed below while at school, they will be moved to an area set up specifically for students not feeling well and you will be called to come pick up your child as soon as possible.
- You are encouraged to sign a consent form that allows information to be shared between your child's school nurse (when available) and healthcare provider when your child is sick.
- Decisions about when a student may return to school should be made with the school nurse, the student's healthcare provider, and the family. These decisions ensure the health and safety of your child's school and community.

## When does my child need a COVID-19 [test](#)? (link in English)

- Here are the current pediatric symptoms associated with COVID-19:

Fever (100.4°F or higher)	Nausea
Cough	Vomiting
Shortness of Breath	Diarrhea
Sore Throat	Fatigue
Runny Nose	Muscle Aches
Loss of Smell or Taste	Headache

- If your child has any COVID-19 symptoms for **longer than 24 hours**, they should obtain a COVID-19 PCR test. Communicate the plan with your child's school nurse or designated personnel.
- Consider having your child tested earlier than 24 hours if they have a fever, cough, runny nose, headache, or loss of taste or smell. These are symptoms commonly experienced by children testing positive for COVID-19 in Vermont. Please consult with your child's healthcare provider if you need assistance deciding if your child needs an earlier test.
- If your child experiences allergy symptoms that are on the list above, COVID-19 PCR tests are recommended during this time of increased circulation of the COVID-19 virus.

## When can my child go back to school?

You **do not** need a signed doctor's note for your child to go back to school.

- If your child has illness symptoms for **less than 24 hours**, they can go back to school after it has been 24 hours or more since illness symptoms have resolved.
- If your child has symptoms of COVID-19 and **had a COVID-19 test**:
  - They must quarantine until they have received results of the test.

# Return to School Following Illness COVID-19 Information for Families

September 2021

- If the test results are **NEGATIVE**, they can go back to school after:
  - It has been 24 hours or more of no fever without the use of fever-reducing medicine, **AND**
  - Other symptoms have improved.
  
- If the test results are **POSITIVE**, they can go back to school after:
  - It has been 24 hours or more of no fever without the use of fever-reducing medicine, **AND**
  - Other symptoms have improved, **AND**
  - 10 days or more have passed since any symptoms appeared.
  
- If your child has symptoms of COVID-19 (listed on page one) lasting **longer than 24 hours** and **did not** have a COVID-19 test but **an alternative diagnosis was made** by health care provider, they can go back to school after:
  - It has been 24 hours or more of no fever without the use of fever-reducing medicine, **AND**
  - Other symptoms have improved.
  
- If your child has symptoms of COVID-19 (listed on page one) lasting **longer than 24 hours** and **did not** have a COVID-19 test and **no alternative diagnosis was made**, they can go back to school after:
  - It has been at 24 hours or more of no fever without the use of fever-reducing medicine, **AND**
  - Other symptoms have improved, **AND**
  - At least 10 days have passed since any symptoms appeared.