



Washoe County School District

Every Child, By Name And Face, To GraduationSM

COVID-19每日自我篩查工具

您（職員或學生）在過去24小時內是否出現任何新的或不常見¹的症狀？

① 一(1)種或以上以下症狀：

- 發熱（休息時體溫 $\geq 100.4^{\circ} F$ ）
- 呼吸症狀¹（咳嗽、呼吸短促，和/或呼吸困難）
- 新發失去嗅覺或味覺

或

② 兩(2)種或以上以下症狀：

- 發抖
- 感覺冷和發抖
- 肌肉酸痛或疼痛
- 頭痛
- 嘔吐（如果這是唯一症狀，進行48小時排除²）
- 腹瀉（如果這是唯一症狀，進行48小時排除²）
- 喉嚨沙啞
- 疲憊
- 鼻塞
- 噁心

¹ 新的/異常的症狀與持續存在的健康問題（例如哮喘、過敏或COPD）的症狀不同。

² 48-小時排除：嘔吐和腹瀉在不用藥物的情況下停止後，待在家裡 48 小時。

您家中有人被診斷感染COVID-19嗎？

- ①** 憑檢測陽性進行診斷
- ②** 由醫護人員診斷（無檢測）

您是否曾經密切接觸

（在6英尺距離內接觸超過15分鐘）

診斷感染COVID-19的人，而此人具有傳染性（從出現症狀開始前48小時直到康復）？

如果您對症狀 **①** 或 **②** 回答“是”，則您可能感染了COVID-19：

- ▶ 切勿去上學/上班。
- ▶ 與您的學校/上級溝通。
- ▶ 學生：與您的醫護人員或 WCHD 聯繫。
- ▶ 職員：聯繫您的醫護人員、WCHD 或 WCSD 員工護士。
- ▶ 在測試之前，出現症狀後，請至少等待 72 小時（3 天），以避免不準確的結果。
- ▶ 您可能感染了 COVID-19。家居隔離，直到：
 - (1) 您已康復-或-
 - (2) 您的 COVID-19 檢測為陰性，滿足該疾病的排除條件。

如果您回答“是”，您就是家庭接觸者：

如果您能夠與傳染性病人隔離，請遵守“密切接觸”（下文）。

- ▶ 切勿去上學/上班。
- ▶ 與您的學校/上級溝通。
- ▶ 家中的每個人（未感染COVID-19）必須進行檢疫隔離：
 - (1) 房子中的任何人具有傳染性，並且
 - (2) 在最後一個人康復後檢疫隔離10天
- ▶ 如果出現症狀，請進行家居隔離，並查閱“如果您對症狀回答‘是’”（上文）

如果您回答“是”，您就是密切接觸者：

- ▶ 切勿去上學/上班。
- ▶ 與您的學校/上級溝通。
- ▶ 在您與任何傳染性的COVID-19病人最後一次密切接觸後，您必須在家中檢疫隔離10天。
- ▶ 如果您出現症狀，請居家隔離，然後查閱“如果您對症狀回答是”（上文）。

如果對有關症狀和接觸的所有3個問題問答“否”：

- ▶ 去上學/上班，遵守保持身體距離和佩戴口罩的指引。
- ▶ 繼續監測您的健康狀況。如果開始感覺不舒服或被通知是接觸者，請使用此工具並採取行動。

聯繫資訊

瓦肖縣衛生區 (WCHD)

COVID-19 熱線：(775) 328-2427

線上評估：COVID19Washoe.com

瓦肖縣學區 (WCSD)

線上：WashoeSchools.net/Reopening

—— 僅適用於 WCSD 職員 ——

員工護士：(775) 348-0338

傳染性/感染性

- ▶ 患有 COVID-19 的人（也稱為病人）具有傳染性時，可能會將該疾病傳染給其他人。
- ▶ 對於 COVID-19，感染期在症狀出現前2天開始，並在症狀出現和症狀改善後（參閱“康復”）持續至少 10 天。

潛伏期

- ▶ 在最後一次接觸傳染性的COVID-19病人後，在14天內的任何時間，都可能出現症狀。這時是潛伏期。在接觸COVID-19後的10天內，最可能出現症狀。

隔離

- ▶ 居家並遠離他人，因為您感染了COVID-19-或出現了COVID-19的症狀。

家庭接觸者

- ▶ 家庭接觸者是密切接觸者，他們與傳染性的病人持續接觸直到該傳染性的病人被發現的那一天。
- ▶ 如果家庭接觸者能夠與傳染性病人完全隔離，請遵循“密切接觸者”指南。

檢疫隔離

- ▶ 在接觸COVID-19後，在潛伏期的至少前10天逗留家中。

康復

- ▶ 滿足以下所有三個條件後，才是從 COVID-19康復：
 - (1) 症狀出現後已經過去 10 天，
 - (2) 最近24小時內沒有發燒、腹瀉或嘔吐（未使用減輕症狀的藥物），並且
 - (3) 其他症狀在改善。