

Phụ lục C: Ví dụ về Kiểm tra Sức khỏe Hàng ngày

Sau đây là một ví dụ về việc kiểm tra sức khỏe hàng ngày để xác định xem bạn có nên đi học vào ngày hôm đó hay không.

Kiểm tra Sức khỏe Hàng ngày			
1. Các Triệu chứng Chính của Bệnh*	Bạn có bất kỳ triệu chứng chính nào sau đây là mới không?	KHOANH TRÒN MỘT	
	Sốt	CÓ	KHÔNG
	Ớn lạnh	CÓ	KHÔNG
	Ho hoặc ho mạn tính nặng hơn	CÓ	KHÔNG
	Thở hụt hơi	CÓ	KHÔNG
	Mất khả năng ngửi hoặc nếm	CÓ	KHÔNG
	Tiêu chảy	CÓ	KHÔNG
	Ói mưa hoặc cảm giác muốn ói mưa	CÓ	KHÔNG
2. Đi Nước ngoài	Bạn có vừa trở về sau khi đi ra ngoài Canada trong 14 ngày qua không?	CÓ	KHÔNG
3. Tiếp xúc được Xác nhận	Bạn có tiếp xúc được xác nhận với một người đã được xác nhận là nhiễm COVID-19 không?	CÓ	KHÔNG

Nếu bạn trả lời “CÓ” cho một trong những câu hỏi trong phần ‘Các Triệu chứng Chính của Bệnh’ (không bao gồm sốt), thì bạn nên ở nhà trong 24 giờ kể từ khi triệu chứng bắt đầu. Nếu triệu chứng đỡ hơn, bạn có thể trở lại trường học khi cảm thấy đủ khỏe. Nếu triệu chứng vẫn tiếp tục hoặc trầm trọng hơn, hãy yêu cầu được đánh giá sức khỏe.

Nếu bạn trả lời “CÓ” cho hai hoặc nhiều câu hỏi trong phần ‘Các Triệu chứng Chính của Bệnh’ hoặc bạn bị sốt, hãy yêu cầu được đánh giá sức khỏe. Đánh giá sức khỏe bao gồm việc gọi số 8-1-1, hoặc chuyên gia chăm sóc chính như bác sĩ hoặc y tá cao cấp. Nếu cần đánh giá sức khỏe, bạn không nên quay lại trường học cho đến khi COVID-19 đã được loại trừ và các triệu chứng của bạn đã đỡ hơn.

Khi đánh giá sức khỏe khuyến nghị bạn nên **xét nghiệm COVID-19:**

- Nếu xét nghiệm COVID-19 có kết quả **dương tính**, thì bạn nên ở nhà cho đến khi cơ quan y tế công cộng thông báo bạn có thể kết thúc tự cách ly. Trong hầu hết các trường hợp, khoảng thời gian tự cách ly là 10 ngày sau khi bắt đầu xuất hiện các triệu chứng. Cơ quan y tế công cộng sẽ liên lạc với tất cả mọi người có kết quả xét nghiệm dương tính.

- Nếu xét nghiệm COVID-19 có kết quả **âm tính**, bạn có thể trở lại trường học sau khi các triệu chứng đã đỡ hơn và bạn cảm thấy đủ khỏe. Các triệu chứng của những bệnh đường hô hấp thông thường có thể kéo dài trong một tuần hoặc lâu hơn. Không cần xét nghiệm lại trừ khi bạn phát bệnh mới.
- Nếu **xét nghiệm COVID-19 được khuyến nghị nhưng không được thực hiện** vì bạn chọn không làm xét nghiệm, hoặc bạn không yêu cầu được đánh giá sức khỏe khi được khuyến nghị làm việc đó, và các triệu chứng của bạn không liên quan đến một tình trạng sức khỏe đã được chẩn đoán trước đó, bạn nên ở nhà không đến trường học trong thời gian 10 ngày sau khi bắt đầu có các triệu chứng, và sau đó bạn có thể đi học trở lại nếu bạn cảm thấy đủ khỏe.

Nếu đánh giá sức khỏe không khuyến nghị việc xét nghiệm COVID-19, bạn có thể trở lại trường học sau khi các triệu chứng đã đỡ hơn và bạn cảm thấy đủ khỏe. Nếu đánh giá đó xác định rằng các triệu chứng là do nguyên nhân khác (tức là không phải COVID-19) thì có thể họ sẽ không khuyến nghị xét nghiệm.

Nếu bạn trả lời “CÓ” cho câu hỏi 2 hoặc 3, hãy sử dụng [Bộ câu hỏi Tự đánh giá Triệu chứng COVID-19](#) để xác định xem bạn có nên đi xét nghiệm COVID-19 hay không.

Không cần phải có ghi chú của chuyên gia chăm sóc sức khỏe (tức là ghi chú của bác sĩ) để xác nhận tình trạng sức khỏe của bất kỳ cá nhân nào.