

## PANG-ARAW-ARAW NA PAGSUSURI NG KALUSUGAN

MGA PANGUNAHING SINTOMAS NG SAKIT	ANONG DAPAT GAWIN
Lagnat (higit sa 38°C)	<p><b>Kung oo sa 1 o higit pa sa mga sintomas na ito:</b> Manatili sa bahay. Makipag-ugnayan sa isang provider ng pangangalagang pangkalusugan o tumawag sa 8-1-1 tungkol sa iyong mga sintomas at mga susunod na hakbang.</p>
Chills o panginginaw	
Ubo	
Kahirapan sa paghinga	
Kawalan ng pang-amoy o panlasa	
IBA PANG MGA SINTOMAS	ANONG DAPAT GAWIN
Masakit na lalamunan	<p><b>Kung oo sa 1 sintomas:</b> Manatili sa bahay hanggang sa bumuti ang iyong pakiramdam.</p>
Walang ganang kumain	
Sumasakit ang ulo	<p><b>Kung oo sa 2 o higit pa sa mga sintomas na ito:</b> Manatili sa bahay nang 24 na oras. Kung ang mga sintomas ay hindi gumaling o lumala, makipag-ugnayan sa isang provider ng pangangalagang pangkalusugan o tumawag sa 8-1-1 tungkol sa iyong mga sintomas at mga susunod na hakbang.</p>
Sumasakit ang katawan	
Matinding kapaguran o pagkapagod	
Pagduduwal at pagsusuka	
Pagtatae	
PAGBIYAHE SA IBANG BANSA:	ANONG DAPAT GAWIN
Nanggaling ka ba sa biyahe mula sa labas ng Canada sa nakaraang 14 na araw?	<p><b>Kung oo:</b> Maaaring maging kwalipikado ang mga fully vaccinated na mag-aaral, staff at ibang nasa hustong gulang na bumiyahang galing sa labas ng Canada para sa <a href="#">fully vaccinated traveller exemption</a>.</p> <p>Ang mga mag-aaral, staff at ibang nasa hustong gulang na hindi pa <a href="#">fully vaccinated</a> at bumiyahang sa labas ng Canada ay <b>HINDI MAAARING pumasok sa paaralan nang 14 na araw pagkatapos dumating</b>, bilang bahagi ng <a href="#">mga requirement o kinakailangan ng pederal na pamahalaan</a>.</p>
MALAPIT NA KONTAK	ANONG DAPAT GAWIN
Nagbigay ba notipikasyon ang pampublikong kalusugan sa iyo na ikaw ay isang malapit na kontak ng isang taong kumpirmadong mayroong COVID-19?	<p><b>Kung oo:</b> Sundin ang mga tagubiling ibinigay ng Pampublikong Kalusugan.</p>

Maaari mo rin suriin ang iyong mga sintomas gamit ang [K-12 Health Check](#) (Pagsusuri ng Kalusugan para sa K-12) o ang [BC Self-Assessment Tool](#) (Tool para sa Sariling Pagtatasa ng mga Sintomas ng COVID-19 ng BC).

Tumawag sa 8-1-1 kung may anumang tanong tungkol sa mga sintomas ng sakit. Kung mayroon kang malubhang sintomas, tulad ng kahirapan sa paghinga (nahahirapang huminga o nakakabigkas lamang ng tig-i-isang salita) o masakit na dibdib, tumawag sa 9-1-1 o pumunta sa pinakamalapit na Emergency Department.

Pumunta sa website ng [BC Centre for Disease Control](#) para sa higit pang impormasyon tungkol sa COVID-19.