

Tháng Tám 2021

Kính gửi Bố Mẹ / Người chăm sóc

Thông tin COVID-19 cho học kỳ mới

1. Điều gì diễn ra khi có người bị nhiễm COVID-19 ở trường?

- Cả lớp sẽ không bị yêu cầu tự cách ly nếu có người ở lớp xét nghiệm dương tính với COVID-19.
- Con bạn sẽ chỉ được xác định là người tiếp xúc nếu cháu tiếp xúc gần **trong thời gian dài** với người bị nhiễm – chẳng hạn cùng hộ gia đình, ở lại qua đêm.
- Bạn hay con bạn không phải tự cách ly **ngoại trừ được Test and Protect liên hệ**.
- Tất cả những người tiếp xúc gần với người bị nhiễm **cần có biện pháp cụ thể** sẽ được Test and Protect xác định, liên hệ và tư vấn để tuân thủ hướng dẫn mới nhất về tự cách ly và xét nghiệm, được cập nhật từ 9 tháng Tám 2021 dành cho:
 - người lớn đã tiêm đủ vắc xin, không có triệu chứng và chưa có kết quả xét nghiệm dương tính; và
 - trẻ em và thiếu niên dưới 18 tuổi không có triệu chứng và chưa có kết quả xét nghiệm dương tính.

Thông tin thêm về yêu cầu tự cách ly mới nhất có thể tìm thấy tại website của NHS Inform tại: www.nhsinform.scot/illnesses-and-conditions/infections-and-poisoning/coronavirus-covid-19 hoặc [Translations \(nhsinform.scot\)](http://www.nhsinform.scot/translations) theo định dạng để truy cập và để đọc hay bằng các ngôn ngữ khác.

2. Xét nghiệm thường xuyên

- Xét nghiệm thường xuyên thậm chí khi bạn không có triệu chứng có thể giúp đảm bảo an toàn cho bạn và cộng đồng tại trường học.
- Nếu con bạn đang học trung học, cháu có thể sử dụng xét nghiệm LFD miễn phí tại trường để cho phép xét nghiệm hai lần hàng tuần tại nhà khi không có triệu chứng. Vui lòng liên hệ trực tiếp với nhà trường để hỏi về xét nghiệm này nếu con bạn gặp khó khăn để có được bộ xét nghiệm.
- Vui lòng khích lệ con bạn xét nghiệm 2 lần hàng tuần, và nhập tất cả mọi kết quả dương tính, âm tính hoặc không có kết quả vào cổng báo cáo trực tuyến tại: www.nhsinform.scot/campaigns/coronavirus-covid-19-report-your-test-result.
- Ngoài ra, bạn và những người còn lại trong gia đình, gồm trẻ em tuổi tiểu học, có thể dùng bộ xét nghiệm miễn phí trong chương trình Xét nghiệm Phổ cập, sẵn có cho tất cả mọi người tại Scotland. Có thể nhận được bộ xét nghiệm LFD sử dụng tại nhà miễn phí từ các trung tâm xét nghiệm COVID hoặc hiệu thuốc, hoặc qua chuyển phát khi đặt qua mạng. www.gov.scot/publications/coronavirus-covid-19-getting-tested/pages/no-covid-symptoms.

3. Đặt hẹn xét nghiệm nếu bạn hoặc con bạn xuất hiện triệu chứng

- Vui lòng cảnh giác với các triệu chứng COVID-19. Nếu con bạn xuất hiện bất kỳ triệu chứng COVID-19 nào cháu cần phải nghỉ học. Cháu nên ở nhà, tự cách ly và được xét nghiệm COVID-19. Hãy tìm hiểu thêm tại [NHS Inform](#).
- Mọi người cùng nhà với con bạn (và cả bạn nữa) cũng phải ở nhà và làm theo hướng dẫn mới nhất, sẵn có tại [NHS Inform](#). Trong trường hợp có kết quả xét nghiệm dương tính, Test and Protect sẽ liên hệ với bạn để tư vấn phù hợp về những gì cần làm.
- Đặt hẹn xét nghiệm tại [NHS Inform](#) ở địa điểm xét nghiệm COVID-19 gần chỗ bạn nhất. Có các cơ sở xét nghiệm cho người lái xe qua, đi bộ qua, và trạm di động ở khắp Scotland, mở cửa từ 8 giờ sáng tới 8 giờ tối, 7 ngày trong tuần. Danh sách tất cả mọi cơ sở xét nghiệm có thể tìm thấy tại [Gov.Scot](#). Hoặc bạn có thể đặt bộ xét nghiệm PCR tại nhà [trên mạng](#), hay gọi đến 119. Sau đó bộ xét nghiệm sẽ được chuyển đến nhà bạn. Để gửi lại kết quả bạn có thể bỏ kết quả xét nghiệm vào hộp thư ưu tiên gần nhất, hoặc nếu bạn không thể ra ngoài được, bạn cũng có thể gọi 119 để hẹn người chuyển phát đến nhận tại nhà bạn.

4. How to stop COVID-19 spreading

Có những điều bạn có thể làm để giảm thiểu rủi ro bạn hoặc những người sống cùng bạn bị nhiễm COVID-19. Hãy thực hiện:

- Tiêm vắc xin nếu bạn chưa tiêm và đủ tiêu chuẩn. Tiêm vắc xin là cách bảo vệ tốt nhất vì COVID-19 có thể làm cho bất kỳ ai ốm nặng. Nếu ai đó đủ tiêu chuẩn trong nhà hoặc gia đình bạn nhưng chưa tiêm vắc xin, họ nên thu xếp tiêm vắc xin sớm nhất có thể. Như vậy cũng sẽ giúp bạn tránh phải tự cách ly sau này. Thông tin về việc thu xếp tiêm vắc xin có thể tìm thấy tại [NHS inform](#).
- Thường xuyên rửa tay bằng xà phòng và nước ấm trong vòng ít nhất 20 giây
- Dùng thuốc rửa tay nếu không có xà phòng và nước ấm
- Dùng giấy lau hoặc tay áo (không phải bàn tay) che miệng và mũi bạn khi ho hoặc hắt hơi rồi bỏ ngay giấy lau đã dùng vào thùng rác và rửa tay.
- Mở cửa sổ/cửa ra vào đều đặn để thông thoáng nhà bạn
- Cảnh giác với triệu chứng COVID và tự cách ly khi bạn có triệu chứng COVID hoặc được Test and Protect tư vấn

Thông tin Thêm

Để biết thông tin và Câu hỏi Thường gặp về vi rút Corona:

<https://www.parentclub.scot/topics/coronavirus/coronavirus-faq?age=0> và

<https://www.nhsinform.scot/illnesses-and-conditions/infections-and-poisoning/coronavirus-covid-19>

Trân trọng



Linda de Caestecker

Giám đốc Cơ quan Y tế Công cộng, NHS Greater Glasgow và Clyde

