



## **Kailan Manatili sa Bahay mula sa Paaralan**

Ang mga alituntuning ito ay naitatag upang mapanatili ang kalusugan at kaligtasan ng ating mga mag-aaral at kawani.

### **Lagnat**

May lagnat na 100.4°F o mas mataas O 100°F na may iba pang mga palatandaan o sintomas ng karamdaman. Maaaring bumalik ang mag-aaral kapag walang lagnat sa loob ng 24 na oras nang WALANG paggamit ng gamot na pampababa ng lagnat.

### **Pagsusuka**

Anumang hindi maipaliwanag na yugto ng pagsusuka. Maaaring bumalik ang mag-aaral 24 na oras pagkatapos ng huling yugto at kapag pinahihintulutan ang isang normal na diyeta.

### **Pagtatae**

Tatlo o higit pang hindi maipaliwanag na yugto ng matubig o maluwag na dumi sa loob ng 24 na oras O biglaang pagsisimula ng maluwag na dumi at pakiramdam na masama ang pakiramdam. Maaaring bumalik ang mag-aaral 24 na oras pagkatapos ng huling yugto.

### **Ubo**

Malubha, matagal na pag-ubo, igsi ng paghinga, o hirap sa paghinga.

### **Pamamantal**

Anumang bagong pantal na sinamahan ng lagnat o iba pang palatandaan ng karamdaman. Maaaring bumalik ang mag-aaral pagkatapos mawala ang pantal at walang lagnat sa loob ng 24 na oras nang walang gamot o may nakasulat na clearance mula sa isang tagapagbigay ng pangangalagang pangkalusugan.

### **Mga sugat sa balat**

Umaagos mula sa isang sugat na hindi kayang takpan ng isang benda O ang mga sugat ay lumalaki sa laki O may mga bagong sugat na namumuo O ang mag-aaral ay patuloy na hinahawakan ang sugat.

### **Pag-ospital/Pag-opera/Pinsala**

Kung ang iyong mag-aaral ay may anumang mga pangangailangan o akomodasyon na may kaugnayan sa kalusugan pagkatapos ng pag-ospital, operasyon, o pinsala, mangyaring makipag-ugnayan sa opisina ng paaralan o nars ng paaralan bago muling pumasok.

Iba pa

Mga sintomas na pumipigil sa mag-aaral mula sa aktibong pakikilahok sa mga karaniwang aktibidad ng paaralan O nangangailangan ang mag-aaral ng higit na pangangalaga kaysa sa ligtas na maibibigay ng paaralan O sa direktiba ng Distrito ng Pampublikong Kalusugan ng Kitsap.

**Mga sanggunian:**

CDC – [www.cdc.gov](http://www.cdc.gov)

Washington State Department of Health –  
[www.doh.wa.gov/youandyourfamily/illnessanddisease/flu](http://www.doh.wa.gov/youandyourfamily/illnessanddisease/flu)

OSPI – [www.k12.wa.us/healthservices/pubdocs/infectiousdiseasecontrolguide.pdf](http://www.k12.wa.us/healthservices/pubdocs/infectiousdiseasecontrolguide.pdf)

KPHD – [www.kitsappublichealth.org](http://www.kitsappublichealth.org)