



Tài liệu này xem xét lại các chính sách hiện hành và các bước phòng ngừa quan trọng nhằm giữ an toàn cho trẻ em đang theo học tại 3,040 trường từ lớp Mẫu giáo Chuyển tiếp đến lớp 12 (TK-12) ở Quận Los Angeles. Phần cuối của tài liệu này là nguồn thông tin mà quý vị có thể sử dụng, bao gồm cả những nơi quý vị có thể gọi đến, nếu quý vị muốn biết thêm thông tin hoặc cần được hỗ trợ về cách phòng ngừa hay chăm sóc y tế về COVID-19.

1. Xác định trẻ em bị nhiễm bệnh.

Khi các trường học mở cửa trở lại trên toàn Quận Los Angeles, trường học của con quý vị có thể yêu cầu trẻ phải xét nghiệm COVID-19 theo một lịch trình định kỳ nào đó, thường là hàng tuần. Các quy định của Sở Y tế Công cộng không yêu cầu các trường đảm bảo rằng trẻ em phải được xét nghiệm, nhưng nhiều khu học chánh trong quận có kế hoạch xét nghiệm tất cả học sinh hay tối thiểu là xét nghiệm hàng tuần đối với tất cả những học sinh chưa được chích ngừa đầy đủ. Các trường đang thực hiện nỗ lực này vì họ nhận thấy rằng ngoài việc đeo khẩu trang và thực hiện các bước phòng ngừa khác, xét nghiệm là một biện pháp quan trọng để đảm bảo sự an toàn cho trẻ em và nhân viên.



Tại sao xét nghiệm toàn bộ các nhóm trẻ em lại quan trọng?

- Vì biến thể Delta của vi-rút COVID-19, một biến chủng vi-rút đang trở nên phổ biến trên khắp quận Los Angeles, có thể lây lan từ người sang người dễ dàng hơn rất nhiều so với chủng vi-rút mà chúng ta đã đối phó trong năm ngoái.
- Vì một người có thể bị nhiễm bệnh mà không có bất kỳ triệu chứng nào. Họ có thể vẫn ở giai đoạn đầu của bệnh nên không biểu hiện các triệu chứng. Hoặc, họ nằm trong số những người có thể vượt qua căn bệnh mà không bao giờ biểu hiện các triệu chứng, nhưng có thể lây truyền bệnh cho người khác, những người sẽ phát bệnh.
- Xét nghiệm trở nên quan trọng và giúp ích hơn khi có rất nhiều vi-rút đang lan truyền và nhiều người bị nhiễm bệnh trong cộng đồng như hiện nay. Khi sự hiện diện của vi-rút giảm đi trong cộng đồng, việc xét nghiệm cho các nhóm lớn những người không có triệu chứng và không có yếu tố rủi ro lây nhiễm đặc biệt nào sẽ trở nên ít tác dụng hơn, và quý vị có thể thấy một số trường giảm dần việc xét nghiệm học sinh hoặc dừng hoàn toàn việc xét nghiệm.

Xét nghiệm cho phép các trường xác định sớm những học sinh bị nhiễm bệnh, thông báo cho cha mẹ của học sinh và ngay lập tức cho học sinh về nhà để cách ly khỏi những người khác nhằm giảm bớt rủi ro lây lan trong trường học.

- Nếu quý vị được thông báo rằng con quý vị đã có kết quả xét nghiệm dương tính với COVID-19 hoặc đã biểu hiện các triệu chứng của COVID-19 khi đang ở trường, nhà trường sẽ liên lạc ngay với quý vị. Quý vị sẽ được yêu cầu đến trường để đón con. Quý vị cũng sẽ được cung cấp thông tin về cách chăm sóc trẻ và cách bảo vệ gia đình và bạn bè không bị lây nhiễm bệnh từ trẻ. Để tìm hiểu thêm, hãy truy cập vào các liên kết ở cuối tài liệu này.
- Trong thời gian trẻ ở nhà, quý vị sẽ nhận được cuộc gọi từ nhân viên của Sở Y tế Công cộng. Nhân viên này sẽ làm việc với quý vị để tìm ra nơi trẻ có thể đã bị phơi nhiễm với vi-rút và liệu có thành viên gia đình, bạn bè hay hàng xóm có thể đã bị phơi nhiễm thông qua trẻ hay không.

Khi quý vị nhận được cuộc gọi từ Sở Y tế Công cộng, điện thoại của quý vị sẽ hiển thị người gọi đến là “LA Public Health” hoặc từ số 1-833-641-0305. Quý vị hãy nhớ trả lời cuộc gọi này để nhận những thông tin quan trọng về việc chăm sóc cho con quý vị và những người khác trong gia đình quý vị. Nhân viên của Sở Y tế Công cộng cũng sẽ giải thích trẻ sẽ cần ở nhà và cách ly với những người khác trong bao lâu.

- Nếu trẻ có các triệu chứng và xét nghiệm dương tính với COVID-19 hoặc nếu bác sĩ của trẻ chẩn đoán trẻ bị nhiễm COVID-19, trẻ phải ở nhà cho đến khi:
 - Đã qua ít nhất 10 ngày kể từ khi các triệu chứng của trẻ khởi phát và
 - Trẻ không bị sốt trong ít nhất 24 giờ (mà không dùng thuốc hạ sốt) và
 - Các triệu chứng của trẻ đã thuyên giảm
- Nếu trẻ xét nghiệm dương tính với COVID-19 nhưng không có bất kỳ triệu chứng nào:
 - Trẻ phải ở nhà trong 10 ngày sau khi làm xét nghiệm, tuy nhiên
 - Nếu trẻ khởi phát các triệu chứng, trẻ cần tuân theo các hướng dẫn ở trên

2. Xác định những người có tiếp xúc gần khi có trẻ em bị nhiễm bệnh.

Khi một trẻ có kết quả xét nghiệm dương tính với COVID-19 và cha mẹ của trẻ đã được thông báo, bước tiếp theo là nhà trường phải thông báo ca nhiễm này cho Sở Y tế Công cộng. Sở Y tế Công cộng theo dõi tất cả những trẻ có kết quả xét nghiệm dương tính, xác định những người có thể đã tiếp xúc gần với trẻ bị nhiễm bệnh đó. Theo quy định của Quận Los Angeles, người tiếp có xúc gần được định nghĩa là người đã ở trong vòng 6 feet với trẻ em bị nhiễm bệnh trong hơn 15 phút trong khoảng thời gian 24 giờ, hoặc người đã có tiếp xúc trực tiếp với chất dịch và/hoặc chất tiết cơ thể của trẻ em bị nhiễm bệnh (ví dụ: bị ho hay hắt hơi trúng, dùng chung dụng cụ ăn hoặc bị dính nước bọt).



Sở Y tế Công cộng làm việc với nhà trường để lập danh sách các trẻ em và nhân viên được coi là những người có tiếp xúc gần. Chúng tôi thu thập đầy đủ thông tin để xác định những người cần được cho về nhà để kiểm dịch. Chúng tôi luôn phối hợp chặt chẽ với các trường để đảm bảo xác định được tất cả những người cần phải kiểm dịch, còn những người không cần phải kiểm dịch không bỏ lỡ thêm ngày học.

Dưới đây là những điều cha mẹ cần biết về những trẻ nào cần và không cần phải kiểm dịch

- Trẻ KHÔNG cần phải kiểm dịch nếu đã được chích ngừa đầy đủ và không có các triệu chứng. Những người đã được chích ngừa đầy đủ vẫn có thể bị nhiễm vi-rút gây bệnh COVID-19, nhưng điều này ít khi xảy ra, và rất hiếm có khả năng dẫn đến bị bệnh nặng. Những người chưa được chích ngừa đầy đủ vẫn có nguy cơ bị nhiễm vi-rút và bị bệnh nặng hơn rất nhiều so với những người đã được chích ngừa đầy đủ.
 - Đảm bảo trường học của trẻ biết trẻ đã được chích ngừa đầy đủ. Cung cấp cho trường [bằng chứng](#) về việc trẻ đã được chích ngừa để trường biết rằng trẻ có thể ở lại trường sau khi bị phơi nhiễm.
 - Nếu trẻ là từ 12 tuổi trở lên nhưng vẫn chưa được chích ngừa, quý vị có thể tránh cho trẻ sau này phải kiểm dịch bằng cách cho trẻ đi chích ngừa ngay bây giờ. Có hàng trăm điểm chích ngừa trên toàn quận, nhiều điểm trong đó đang hợp tác với khu học chánh của con quý vị. Bác sĩ nhi khoa của trẻ cũng có thể giúp sắp xếp chích ngừa cho trẻ và trả lời các câu hỏi hay thắc mắc của quý vị về cách hoạt động của các loại vắc-xin. Để biết thêm thông tin về việc chích ngừa COVID-19 cho trẻ, vui lòng xem [Những điều Cha mẹ Cần biết về Vắc-xin](#).

- Trẻ KHÔNG cần phải kiểm dịch nếu trẻ không phải là người có tiếp xúc gần với người bị nhiễm bệnh. Việc ở chung trong một phòng học hay học cùng lớp, hoặc đi trên cùng xe buýt không tự động khiến trẻ trở thành người có tiếp xúc gần. Xin lưu ý định nghĩa về người có tiếp xúc gần: ở trong vòng 6 feet với người nhiễm bệnh trong hơn 15 phút trong ngày hoặc đã tiếp xúc trực tiếp với chất dịch và/hoặc chất tiết cơ thể của người nhiễm bệnh.
 - Nếu trẻ ngồi kế bên trẻ bị nhiễm bệnh trong một hoặc nhiều tiết học, trẻ có thể được coi là người có tiếp xúc gần. Trẻ cũng được coi là người có tiếp xúc gần nếu trẻ đã ở gần trẻ bị nhiễm bệnh trong các môi trường học đường khác, như vào bữa ăn trưa hoặc trong giờ ra chơi ở ngoài trời.
- Trẻ SẼ cần phải kiểm dịch nếu chưa được chích ngừa đầy đủ hoặc có các triệu chứng bị bệnh và đã tiếp xúc gần với người nhiễm bệnh; điều này có nghĩa là trẻ đã ở trong vòng 6 feet với người nhiễm bệnh trong hơn 15 phút trong khoảng thời gian 24 giờ.
- Bắt đầu từ ngày 5 tháng 10, Quận Los Angeles đã tuân theo khuyến nghị kiểm dịch sửa đổi của Tiểu bang California. Kiểm dịch sửa đổi cho phép những trẻ em đã bị phơi nhiễm với COVID-19 trong lớp học hoặc môi trường học đường khác được tiếp tục đến trường học miễn là đáp ứng một số điều kiện nhất định. Chính sách mới này được áp dụng dựa trên đánh giá những bằng chứng do Sở Y tế Công cộng thu thập được sau tháng đầu tiên đi học, kết quả đã cho thấy rất ít trẻ em trong thời gian kiểm dịch đã khởi phát COVID-19. Vì lý do này, kiểm dịch sửa đổi hiện là một phương án mà các trường có thể lựa chọn áp dụng cho một số học sinh. Xem [Thông tin Cập nhật dành cho Cha mẹ về Kiểm dịch Sửa đổi cho các Trường TK-12](#) của LAC DPH.
- Những học sinh bị phơi nhiễm có thể kết thúc thời gian kiểm dịch sớm và đi học lại sau 7 ngày thay vì đợi đến sau 10 ngày, nếu học sinh làm xét nghiệm COVID-19 vào hoặc sau ngày thứ 5, xét nghiệm cho kết quả âm tính và học sinh không khởi phát bất cứ triệu chứng nào của COVID-19. Nếu trẻ không có xét nghiệm âm tính vào hoặc sau ngày thứ 5, trẻ sẽ cần phải kiểm dịch trong đủ 10 ngày.
- Tất cả những người bị phơi nhiễm với người nhiễm bệnh cần phải tự theo dõi các biểu hiện bệnh trong 14 ngày kể từ lần tiếp xúc cuối cùng với người nhiễm bệnh, vì thời gian ủ bệnh của vi-rút có thể lên đến 14 ngày.

Sở Y tế Công cộng Quận Los Angeles thu thập thông tin về các ca nhiễm và phơi nhiễm hàng ngày ở các trường. Thông tin này sẽ cho phép chúng tôi quyết định nên duy trì hay sửa đổi quy định kiểm dịch hiện hành dựa trên thông tin về mức độ lây truyền đang xảy ra tại các trường học.

3. Những việc các trường có thể thực hiện và những điều quý vị có thể làm để giúp giảm bớt các trường hợp bị phơi nhiễm và cần phải kiểm dịch tại các trường K-12

Sở Y tế Công cộng đã cập nhật các quy định được ban hành vào năm ngoái để cho phép tất cả học sinh đến học đầy đủ tại trường. Năm nay, tất cả các trường PHẢI thực hiện những điều dưới đây:

- Các trường phải đảm bảo rằng tất cả mọi người tại các trường TK-12 phải luôn đeo khẩu trang khi ở tại những không gian trong nhà, ngoại trừ khi đang ăn uống.
- Các trường phải báo cáo cho Sở Y tế Công cộng khi xác định được một trường hợp dương tính tại trường trong vòng 24 giờ.
- Các trường phải báo cáo ngay cho Sở Y tế Công cộng khi xác định được từ 3 trường hợp nhiễm bệnh trở lên trong cùng một khuôn viên trường học trong vòng 14 ngày.
- Các trường phải có một kế hoạch phòng ngừa COVID-19, trong đó có bao gồm kế hoạch quản lý phơi nhiễm. Kế hoạch này phải được cung cấp cho toàn cộng đồng của trường học.



Ngoài những yêu cầu này, các trường có thể thực hiện các biện pháp tăng cường để giảm bớt sự lây lan của COVID-19. Những biện pháp này có thể giúp giảm bớt số lượng trẻ em cần phải kiểm dịch khi một trường hợp nhiễm bệnh được xác định tại trường. Những biện pháp này bao gồm:

- Sắp xếp cho học sinh ngồi cùng một chỗ mỗi ngày và lưu lại sơ đồ chỗ ngồi. Biện pháp đơn giản này sẽ giúp nhà trường xác định chính xác những trẻ nào đã ở trong vòng 6 feet với trẻ bị nhiễm bệnh và hạn chế số học sinh phải được cho về nhà và kiểm dịch.
- Ở các trường tiểu học, việc sắp xếp cho học sinh ăn cùng một nhóm gồm những trẻ ngồi gần nhau trong lớp mỗi ngày là một biện pháp hữu ích. Một lần nữa, cách này làm giảm số lượng trẻ em bị phơi nhiễm khi có một trường hợp nhiễm bệnh được xác định.
- Sử dụng các không gian ngoài trời thường xuyên nhất khi có thể. Sự lưu thông không khí tự nhiên làm cho không gian ngoài trời trở thành nơi an toàn nhất. Các trường có thể tổ chức các lớp học ngoài trời, cho phép học sinh ăn trưa ở ngoài trời, và sử dụng các không gian ngoài trời để học môn thể dục và để giải lao.
- Tránh sự đông đúc. Các trường có thể tăng cường giãn cách ở những nơi có thể. Nhân viên nhà trường sẽ xác định thời điểm và địa điểm học sinh tụ tập và lập ra các quy định kiểm soát đám đông để thúc đẩy duy trì khoảng cách 6 feet giữa học sinh khi học sinh ở ngoài lớp học.
- Trong lớp học, sắp xếp chỗ ngồi cho trẻ sao cho các trẻ quay mặt về cùng một hướng và càng cách xa nhau càng tốt. Các trường cần phải tránh sắp xếp cho học sinh ngồi theo khoang, đối mặt nhau và ngay cạnh nhau.
- Đảm bảo hệ thống thông gió hoạt động tốt với luồng không khí đi ra từ lớp học.
- Cung cấp nhiều trạm rửa tay hoặc dung dịch khử trùng tay trong toàn trường. Cách này cho phép học sinh và nhân viên dễ dàng rửa tay hoặc vệ sinh tay thường xuyên.



Sự giúp đỡ của quý vị là cần thiết.

Trước tiên, nếu trường của con quý vị đang thực hiện thiếu một số bước phòng ngừa ở trên, hãy đề xuất chúng với giáo viên và ban giám hiệu nhà trường.

Thứ hai, giáo dục con quý vị về vai trò của chúng trong việc giữ an toàn cho trường học.

- Đảm bảo rằng trẻ hiểu được tầm quan trọng của việc đeo khẩu trang ở những không gian trong nhà và biết cách đeo khẩu trang đúng cách, sao cho khẩu trang vừa khít và che kín khuôn mặt từ mũi đến cằm.
- Giáo dục con quý vị về tầm quan trọng của việc tuân thủ các quy định của trường học về sắp xếp chỗ ngồi, giãn cách và tránh các đám đông. Hãy chắc chắn rằng trẻ hiểu được mối liên hệ giữa những hành động này và cách chúng giúp ngăn chặn sự lây lan của vi-rút.

Và nếu quý vị muốn làm nhiều hơn thế, quý vị có thể đăng ký tham gia **Chương trình Đại sứ Phụ huynh của DPH!** Chúng tôi cung cấp đào tạo và cấp chứng chỉ cho các cha mẹ muốn được học tập để hiểu về COVID-19, cách bệnh lây lan, ảnh hưởng của bệnh đến sức khỏe trẻ em và những cách tất cả chúng ta có thể làm để phòng tránh sự lây lan của bệnh. Quý vị sẽ tham gia vào một nhóm tuyệt vời gồm các nhà lãnh đạo là phụ huynh, những người giúp chia sẻ thông tin chính xác về COVID-19 với toàn thể cộng đồng nhà trường.

Để biết thêm thông tin, vui lòng gửi email đến: TK12Ambassador@ph.lacounty.gov

Nguồn thông tin về COVID-19

Quận Los Angeles: ph.lacounty.gov/coronavirus

Trung tâm Kiểm soát và Phòng ngừa Dịch bệnh (CDC): www.cdc.gov/coronavirus

Thông tin dành cho người nhiễm COVID-19 và những người có tiếp xúc gần với họ:

- Hướng dẫn Cách ly cho Người nhiễm COVID-19: ph.lacounty.gov/covidisolation
- Hướng dẫn Kiểm dịch và Hướng dẫn khác cho Người có Tiếp xúc Gần: ph.lacounty.gov/covidquarantine
- Chăm sóc cho Người ốm (bệnh) tại Nhà: [CDC webpage](https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/need-to-stay-at-home.html)
- Để được trợ giúp trong việc tìm kiếm dịch vụ y tế hoặc nhận các nhu yếu phẩm: Gọi số 2-1-1 hoặc truy cập vào trang 211LA.org

Thông tin về chủng ngừa:

- CDC: www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/vaccines
- Quận Angeles County: [VaccinateLACounty.com](https://vaccinateLACounty.com) hoặc [VacunateLosAngeles.com](https://vacunateLosAngeles.com) (tiếng Tây Ban Nha)
- Để tìm một điểm chích ngừa miễn phí gần khu vực của quý vị, hãy truy cập vào trang [VaccinateLACounty.com](https://vaccinateLACounty.com) và nhấp vào "[Cách để được Chích ngừa](#)" hoặc gọi đến **Tổng đài Hỗ trợ Chích ngừa của DPH** theo số **833-540-0473**. Nhiều điểm chích ngừa không yêu cầu phải hẹn trước. Quý vị không cần phải có bảo hiểm và quý vị sẽ không bị hỏi về tình trạng nhập cư của mình.

Thông tin về phòng ngừa dành cho cha mẹ và người giám hộ:

- Truy cập [trang web](#) Nguồn thông tin về COVID-19 dành cho Cha mẹ và Người giám hộ. Thông tin có trên trang web này bao gồm: [Phòng ngừa COVID-19 tại các trường TK-12](#), Trang thông tin về Khẩu trang: ph.lacounty.gov/masks , và [Giữ An toàn và Ngăn ngừa Sự lây lan dành cho Cha mẹ có Con dưới 12 tuổi](#).