

Hướng dẫn Giai đoạn 1 và Giai đoạn 2

Coronavirus 2019 (COVID-19): Hướng dẫn dành cho các Trường học (Mầm non-K-12 và Người lớn)

Trong Giai đoạn 1, các trường học (bao gồm Mầm non-K-12 và Người lớn) sẽ tiếp tục việc học tập qua mạng. DC Health khuyến nghị không bắt đầu các hoạt động trực tiếp tại trường trong Giai đoạn 1 mở cửa trở lại.

Trong Giai đoạn 2, các trường cần thực hiện các biện pháp sau đây để giúp giảm nguy cơ lây nhiễm COVID-19 trong học sinh và nhân viên. Để biết thêm thông tin, hãy truy cập coronavirus.dc.gov.

Thực hiện các Biện pháp để Hỗ trợ An toàn cho Nhân viên và Trẻ em

Kiểm tra Sàng lọc Sức khỏe Hàng ngày

- Các trường học cần đảm bảo thực hiện sàng lọc sức khỏe hàng ngày cho tất cả học sinh và nhân viên đi vào các tòa nhà. Cá nhân có bất kỳ triệu chứng nào sau đây không được đi vào trường học, và thay vào đó họ phải về nhà và gọi điện cho nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe của họ:
 - Sốt (tự cảm thấy sốt hoặc 100.4 độ F) hoặc ớn lạnh, ho, thở gấp hoặc khó thở, mệt mỏi, đau cơ hoặc đau toàn thân, đau đầu, bắt đầu mất vị giác hoặc khứu giác, đau họng, nghẹt mũi hoặc chảy nước mũi, buồn nôn hoặc nôn, tiêu chảy, hoặc nếu cảm thấy không khỏe.
- Nếu một học sinh hoặc nhân viên có bất kỳ triệu chứng nào nêu trên trong suốt ngày học, nhà trường cần có quy trình để họ cách ly cho đến khi về nhà an toàn, và tìm kiếm hướng dẫn của nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe.
- Nếu có bất kỳ trẻ em hoặc nhân viên nào tiếp xúc gần với người dương tính với COVID-19, thì trẻ em hoặc nhân viên đó không được đi vào trường cho đến khi được nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe của họ xác nhận không bị nhiễm, hoặc đã hoàn thành thời gian cách ly kiểm dịch mà không có triệu chứng hay bị chẩn đoán nhiễm COVID-19.
- Nếu bất kỳ học sinh hoặc nhân viên nào đã tiếp xúc gần với người đang chờ kết quả xét nghiệm COVID-19, thì học sinh hoặc nhân viên đó không được đi vào trường cho đến khi người mà họ tiếp xúc gần xét nghiệm âm tính với virus. Nếu người mà họ tiếp xúc gần xét nghiệm dương tính, thì họ nên tìm kiếm hướng dẫn từ nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe của mình hoặc DC Health.

Cá nhân có Nguy cơ Cao

Học sinh và nhân viên có nguy cơ cao bị bệnh nặng do COVID-19 phải được nhà cung cấp dịch vụ y tế của họ xác nhận không bị nhiễm trước khi đi học/đi làm trực tiếp. Điều này bao gồm, nhưng không chỉ gồm:

- Bệnh Phổi Mạn tính;
- Hen suyễn trung bình đến nặng;
- Bệnh tim nặng;
- Bị Suy giảm miễn dịch;
- Béo phì nghiêm trọng (Chỉ số Khối Cơ thể >40);
- Bệnh tiểu đường;

- Bệnh Thận Mạn tính; và/hoặc
- Bệnh Gan

Những người từ 65 tuổi trở lên cần được nhà cung cấp dịch vụ y tế xác nhận không bị nhiễm trước khi tham gia các hoạt động trực tiếp. Và bất kỳ học sinh hoặc nhân viên nào có bệnh lý không có trong danh sách này, nhưng vẫn quan ngại về sự an toàn của mình, được khuyến khích liên hệ với nhà cung cấp dịch vụ y tế của họ.

Hạn chế Tiếp xúc

Đồ Che Mặt (Khẩu trang) loại không dùng trong Y tế

- Tất cả người lớn cần đeo đồ che mặt hoặc khẩu trang loại không dùng trong y tế mọi lúc khi ở trường. Nếu một người trưởng thành có chống chỉ định đeo đồ che mặt, loại dùng trong y tế hoặc loại khác, thì cá nhân đó không nên tham gia vào các hoạt động trực tiếp ở trường.
- Nếu có thể, học sinh rất được khuyến khích đeo đồ che mặt. Các lý do về mặt y tế, phát triển, và tâm lý có thể hạn chế khả năng của một số học sinh trong việc đeo đồ che mặt. Trẻ lớn hơn và thanh thiếu niên có thể ít gặp khó khăn hơn khi đeo đồ che mặt so với trẻ nhỏ hơn.

Để biết thêm thông tin về các loại đồ che mặt hoặc khẩu trang loại không dùng trong y tế, vui lòng tham khảo hướng dẫn “Hướng dẫn về Khẩu trang và các loại Đồ Che mặt khác cho Công chúng” trên trang [coronavirus.dc.gov](https://www.coronavirus.dc.gov).

Giãn cách Xã hội

Các trường học cần đảm bảo giãn cách thân thể phù hợp bằng cách có:

- Không quá 10 người (nhân viên và trẻ em) tập trung trong một lớp
 - Nếu không thể bố trí được tất cả học sinh muốn đi học trên lớp trong một cơ sở trường học, thì hãy cân nhắc việc luân phiên các ngày (ngày A và B) để một số nhóm được lên lớp trực tiếp trong khi các nhóm khác học thông qua nền tảng trên mạng.
- Khoảng cách sáu feet giữa các cá nhân
- Phân nhóm cùng các học sinh và nhân viên học với nhau mỗi ngày và trong suốt cả ngày (thay vì xoay vòng giáo viên hoặc trẻ em)
- Hạn chế các khách không thiết yếu
- Không trộn lẫn các nhóm khi ra vào tòa nhà, trong giờ ăn, trong phòng vệ sinh, trên sân chơi, trên hành lang, và các không gian chung khác
- Không tổ chức hoạt động theo nhóm lớn và các hoạt động đòi hỏi trẻ ngồi hoặc đứng gần nhau,
- Hủy bỏ các hoạt động và sự kiện như các chuyến đi thực địa, hội nghị học sinh, các sự kiện hoặc các buổi tập luyện thể thao, các buổi biểu diễn đặc biệt, các cuộc họp phụ huynh toàn trường,
- Hủy bỏ hoặc thay đổi các lớp học mà học sinh có khả năng tiếp xúc rất gần (ví dụ: lớp học hợp xướng)
- Sắp xếp lại bàn học của học sinh để tối đa hóa không gian giữa các học sinh
- Xoay bàn để quay mặt theo cùng một hướng (thay vì đối mặt với nhau) để giảm lây nhiễm gây ra do các giọt bắn chứa virus (ví dụ: từ việc nói chuyện, ho, hắt hơi)

- Cho phép học sinh ăn trưa và ăn sáng trong lớp học thay cho việc để học sinh ngồi lẫn lộn trong căng-tin. Nếu không khả thi, hãy bố trí so le bữa trưa theo lớp học và/hoặc tách riêng khu vực ăn trưa và nghỉ giải lao theo từng lớp học
- Bố trí so le thời gian đến trường và/hoặc tan học
- Giảm quá tải trong văn phòng y tế
- Dạy cho nhân viên, học sinh và gia đình của các em duy trì khoảng cách với nhau trong trường
- Phổ biến kiến thức cho nhân viên, học sinh và gia đình của các em về COVID-19 và giãn cách xã hội

Làm sạch và Khử trùng

Tất cả các trường học cần thường xuyên làm sạch, khử trùng và vệ sinh các bề mặt, và các đồ dùng theo [hướng dẫn của học khu về làm sạch và khử trùng](#).

- Định kỳ làm sạch và khử trùng các bề mặt và đồ vật thường xuyên chạm vào. Bao gồm làm sạch các đồ vật/bề mặt thường không được làm sạch hàng ngày (ví dụ: tay nắm cửa, công tắc đèn, tay vịn bồn rửa trong lớp học, bệ bếp). Làm sạch bằng các chất tẩy rửa thường được sử dụng. Sử dụng tất cả các sản phẩm làm sạch theo các hướng dẫn ghi trên nhãn.
- Đối với tất cả các sản phẩm làm sạch, vệ sinh và khử trùng, hãy làm theo hướng dẫn của nhà sản xuất về nồng độ, phương pháp sử dụng, thời gian tiếp xúc, và thời gian hong khô trước khi trẻ sử dụng. Hãy xem [hướng dẫn của CDC để biết cách sử dụng các chất khử trùng an toàn và đúng cách](#).
- Đảm bảo rửa tay thường xuyên bằng xà phòng và nước trong ít nhất 20 giây, đặc biệt là sau khi đi vệ sinh; trước khi ăn; và sau khi xì mũi, ho, hoặc hắt hơi. Nếu không có sẵn xà phòng và nước và tay không bị bẩn thấy rõ, hãy rửa tay bằng dung dịch rửa tay gốc cồn với ít nhất 60% độ cồn.
- Đảm bảo cung cấp đầy đủ các vật tư (ví dụ: xà phòng, giấy vệ sinh, nước rửa tay diệt khuẩn, khăn giấy) để hỗ trợ các hoạt động vệ sinh tốt cho sức khỏe.

Những điều cần cân nhắc về Tòa nhà

Các trường học mở cửa trở lại sau thời gian đóng cửa kéo dài phải đảm bảo tất cả các hệ thống thông gió và nước sạch và các tiện ích khác (ví dụ: tay cầm bồn rửa, vòi nước uống, đài phun nước trang trí) được an toàn để sử dụng, cụ thể như sau:

- Đảm bảo các hệ thống thông gió hoạt động đúng cách và tăng cường lưu thông không khí ngoài trời nhiều nhất có thể, ví dụ bằng cách mở các cửa sổ và cửa ra vào. Việc tăng cường lưu thông không khí cần được tiếp tục sau khi mở cửa trở lại nếu an toàn và khả thi. Không mở các cửa sổ và cửa ra vào nếu làm như vậy có thể gây ra nguy cơ về an toàn hoặc sức khỏe (ví dụ: nguy cơ té ngã, gây ra các triệu chứng hen suyễn) cho trẻ em sử dụng cơ sở.
- Xả các hệ thống nước để loại bỏ nước tù đọng và thay thế bằng nước mới. Điều này sẽ loại bỏ bất kỳ kim loại nào (ví dụ như chì) có thể đã ngấm vào nước và giảm thiểu nguy cơ mắc [bệnh viêm phổi Legionnaires](#) và các bệnh khác liên quan đến nước. [Các bước](#) của quy trình này có thể được tìm thấy trên trang web của CDC.

Khả năng Phơi nhiễm và các Trường hợp Dương tính với COVID-19

Trong trường hợp trường học xác định được học sinh hoặc nhân viên xét nghiệm dương tính với COVID-19, điều quan trọng là nhà trường phải:

1. Thông báo cho DC Health bằng cách gửi Biểu mẫu Báo cáo Trường hợp Bệnh Đáng Lưu ý, có trên trang web Bệnh Truyền nhiễm của DC Health:
dchealth.dc.gov/service/infectious-diseases
2. Cân nhắc việc đóng cửa trường học cần thiết để tạo điều kiện cho việc làm sạch và khử trùng thích hợp.

DC Health sẽ hướng dẫn các trường học về việc nghỉ học và các biện pháp phòng ngừa an toàn khác trong trường hợp cá nhân được xác định nhiễm COVID-19 đã tiếp xúc gần với những người khác ở trường.