

Hướng dẫn Giai đoạn Hai
Coronavirus 2019 (COVID-19): Hướng dẫn dành cho các Trường học
(Mầm non-Lớp 12 và Giáo dục cho Người lớn)

Trong Giai đoạn Hai, các Trường học có thể mở cửa trở lại. Hướng dẫn này sẽ có hiệu lực cho đến khi chúng tôi có thể đánh giá tốt hơn tác động của việc mở cửa các trường học đối với sự lây lan của COVID-19, do đó sự tiến triển có thể diễn ra độc lập với các giai đoạn mở cửa lại của Học khu. Khi các trường học mở cửa trở lại, 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/phasetwo.

Hỗ trợ An toàn cho Nhân viên và Học sinh

Sàng lọc Sức khỏe Hàng ngày

- Các trường học nên thực hiện sàng lọc sức khỏe hàng ngày đối với tất cả các học sinh và nhân viên đi vào tòa nhà. Cá nhân có bất kỳ triệu chứng nào sau đây không được đi vào trường học, và thay vào đó họ cần cách ly ngay lập tức và gọi 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, buồn nôn hoặc nôn, tiêu chảy, hoặc cảm thấy không khỏe.
 - Các triệu chứng có thể được đánh giá trước thời điểm các cá nhân đến (qua điện thoại hoặc ứng dụng), hoặc tại thời điểm các cá nhân đến và có thể dựa trên thông báo từ những người chăm sóc
- Nếu học sinh hoặc nhân viên có bất kỳ triệu chứng nào nêu trên trong suốt thời gian ở trường, trường học cần có quy trình cho phép họ cách ly cho đến khi an toàn để về nhà, và tìm kiếm hướng dẫn của nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe.

Khuyến khích các Biện pháp Bảo vệ Sức khỏe

- 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.
- Đảm bảo các chiến lược rửa tay bao gồm rửa bằng xà phòng và nước trong ít nhất 20 giây. 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.
- Thực hiện vệ sinh tay thường xuyên (bằng xà phòng và nước hoặc nước rửa tay diệt khuẩn gốc cồn).
 - Những thời điểm quan trọng cần thực hiện vệ sinh tay bao gồm
 - Trước khi ăn đồ ăn,
 - Sau khi đi vệ sinh,
 - Trước và sau khi đeo, chạm vào, hoặc tháo bỏ khẩu trang vải hoặc chạm vào mặt,
 - Sau khi xì mũi, ho hoặc hắt hơi.

Cá nhân có Nguy cơ Cao

Các học sinh và nhân viên có nguy cơ cao bị bệnh nặng do COVID-19 được khuyến nghị tham khảo ý kiến với nhà cung cấp dịch vụ y tế của họ trước khi tham gia các hoạt động trên lớp. 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
- Người từ 65 tuổi trở lên
- Bất kỳ trẻ em hoặc nhân viên nào có bệnh không nằm trong danh sách này, nhưng vẫn quan ngại về sự an toàn của họ.

Phòng ngừa Bùng phát Dịch bệnh Có thể Phòng ngừa được Bằng Vắc-xin

Theo dữ liệu của Trung tâm Kiểm soát và Phòng ngừa Dịch bệnh (CDC) và DC Health, đại dịch COVID-19 đã dẫn đến việc giảm đáng kể việc tiêm vắc-xin cho trẻ nhỏ trên toàn quốc bao gồm cả District of Columbia và Maryland.

Để ngăn ngừa dịch bệnh có thể phòng ngừa được bằng vắc-xin trong trường học, bắt buộc tất cả học sinh tham gia các hoạt động trên lớp phải được **tiêm vắc-xin đầy đủ** theo các tiêu chuẩn của CDC và DC Health.

- Đảm bảo có chính sách để đánh giá về tình trạng tiêm chủng của trẻ em, cung cấp lời nhắc cho phụ huynh, mốc thời gian tuân thủ, và loại trừ các trẻ không đáp ứng các yêu cầu.
- Quý vị có thể tìm thấy bản đánh giá về lịch trình tiêm chủng [tại đây](#).
- CDC có các nguồn trợ giúp khác liên quan đến [các Bệnh có thể Phòng ngừa được bằng Vắc-xin](#).

Thực hiện các Biện pháp Kiểm soát để Hạn chế Tiếp xúc

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

- Tất cả người lớn phải luôn đeo đồ che mặt hoặc khẩu trang loại không dùng trong y tế trong khi ở trường học. Nếu một người lớn 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 tại trường học (nếu khả thi).
- 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.

Giãn cách Xã hội

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

- Tổng số không quá 12 cá nhân được nhóm trong một lớp,
 - Một nhân viên bổ sung (tổng số 13 cá nhân) có thể được bổ sung nhanh vào lớp nếu cần thiết để hỗ trợ các nhu cầu cá nhân của học sinh.

- Tích hợp các khoảng thời gian nghỉ vào lịch học (lịch học theo tuần luân phiên) để cắt đứt các chuỗi lây nhiễm có thể xảy ra,
- Khoảng cách sáu feet giữa các cá nhân,
- Nhóm các học sinh và nhân viên học cùng với nhau mỗi ngày và trong suốt cả ngày (chứ không phải luân chuyển giáo viên hoặc trẻ),
- 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 xưởng)
- 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.

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

- Nếu bất kỳ học sinh hoặc nhân viên nào tiếp xúc gần với người dương tính với COVID-19, thì học sinh hoặc nhân viên đó không được đi vào trường học cho đến khi được nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe của họ đánh giá sức khỏe, hoặc họ đã hoàn thành giai đoạn cách ly kiểm dịch mà không xuất hiện triệu chứng của COVID-19 hoặc được chẩn đoán mắc 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 học cho đến khi người mà họ tiếp xúc gần với xét nghiệm âm tính. 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.

Trong trường hợp trường học xác định có học sinh hoặc nhân viên đã xét nghiệm dương tính với COVID-19, điều quan trọng là trường học phải thiết lập kế hoạch ứng phó với phơi nhiễm COVID-19.

- Xác định một người liên lạc tại trường học mà nhân viên có thể thông báo cho người đó nếu họ xét nghiệm dương tính với COVID-19 và chọn tiết lộ thông tin này.

- Nhân viên hoặc học sinh được chẩn đoán mắc COVID-19 không được đi vào trường học cho đến khi họ được xác nhận hết cách ly.
- Các trường học nên thông báo cho DC Health bằng cách gửi email tới coronavirus@dc.gov kèm các thông tin sau:
 - “COVID-19 Consult” (“Tham khảo ý kiến về COVID-19”) trong dòng tiêu đề của email
 - Tên và số điện thoại trực tiếp của người liên lạc tốt nhất để DC Health trả lời cuộc gọi điện thoại
 - Tóm tắt ngắn gọn về vụ việc/tình huống
- Một điều tra viên của DC Health sẽ tiếp tục phụ trách trong vòng 24 giờ đối với tất cả các thông báo được gửi đúng cách qua email.
- Khi tham khảo ý kiến với DC Health, các trường học cần có quy trình thông báo để chia sẻ những điều sau với nhân viên và phụ huynh:
 - Phổ biến kiến thức về COVID-19, bao gồm các dấu hiệu và các triệu chứng của COVID-19
 - Giới thiệu đến Hướng dẫn dành cho Người Tiếp xúc với Người được xác nhận mắc COVID-19, có sẵn tại
 - Thông tin về các lựa chọn xét nghiệm COVID-19 tại District of Columbia, có sẵn tại <https://coronavirus.dc.gov/testing>
- 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.

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, 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](#).

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.
 - Thông tin chi tiết về các bước trong quy trình này có thể được tìm thấy trên trang web của CDC tại <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/php/building-water-system.html>.

Các hướng dẫn trên sẽ tiếp tục được cập nhật khi tình hình dịch bệnh thay đổi. Vui lòng truy cập <https://coronavirus.dc.gov/> thường xuyên để biết thông tin mới nhất.