



## В этом выпуске

Руководство для школ на 2021-22 гг.	2
Новое руководство по карантину	3
Безопасность вакцин	3
Тестирование и ресурсы по COVID-19	4

## БЕЗОПАСНОЕ ВОЗВРАЩЕНИЕ В ШКОЛУ ВО ВРЕМЯ COVID-19



### ЧЕГО ОЖИДАТЬ, ЕСЛИ ВАШ РЕБЕНОК ВЕРНЕТСЯ В ШКОЛУ

12 июля 2021 года Департамент здравоохранения Калифорнии (CDPH) выпустил обновленные руководства для школ на 2021-2022 учебный год.

Главный принцип этого руководства – все учащиеся должны иметь доступ к безопасному и полноценному очному обучению с максимально большим учебным временем. Чтобы поддержать это, [в документе](#) изложены многие меры безопасности для школ K-12.

Каждая из нижеуказанных мер, используемых вместе, сможет оптимизировать безопасность для полноценного очного обучения и снизить риск заражения COVID-19:

- **Маски** обязательны в помещениях и крайне рекомендуются на открытом воздухе. Те, кто по состоянию здоровья не может носить защитную маску, должны носить не ограничивающую альтернативу.
- Последние данные указывают, что очные занятия в школе могут проходить безопасно и без требований минимального **физического дистанцирования**, если применяются другие стратегии смягчения последствий (маскировка, вентиляция, гигиена рук).
- Касательно помещений, то вентиляция должна быть приоритетной в школьных кампусах. Для дополнительной информации о вентиляции помещений зайдите на [CDPH](#).

- При плохом самочувствии дети должны оставаться дома. [Люди с нижеуказанными симптомами могут иметь Covid-19 и должны протестироваться:](#)
  - жар или озноб
  - кашель
  - одышка или затрудненное дыхание
  - утомляемость
  - боли в мышцах или теле
  - головная боль
  - новая потеря вкуса или обоняния
  - боль в горле
  - заложен нос или насморк
  - тошнота или рвота
  - диарея

Этот список не включает все возможные симптомы.

Студенты с **симптомами** инфекции COVID-19 не должны возвращаться на очное обучение, пока:

- прошло минимум 24 часа после прекращения жара у ребенка без применения жаропонижающих препаратов;
- другие симптомы улучшились;
- у ребенка должен быть отрицательный тест на COVID-19, ИЛИ врач предоставил документацию с альтернативным диагнозом (напр., аллергия или астма, ангина, фарингит);
- ИЛИ прошло минимум 10 дней с момента появления симптомов.

- **Программа тестирования на COVID-19.** Доступны бесплатные ресурсы для тестирования для поддержки программ скринингового тестирования. Важно, чтобы **тестирование на COVID-19** было доступно в школе, чтобы сократить количество пропущенных учебных дней. Примеры включают предотвращение передачи инфекции в школе, предотвращение вспышек и прекращение бессимптомной передачи. Тестирование особенно важно для детей до 12 лет, которые в настоящее время не имеют права на вакцинацию против COVID-19.
- Школы обязаны **сообщать о случаях COVID-19** в местный департамент здравоохранения. Это касается дел как учащихся, так и сотрудников. Этого требует [AB 86\(2021\)](#) и [California Code Title 17, section 2500](#)
- В дополнение к вышеуказанным мерам безопасности, **карантин и изоляция** являются необходимыми мерами смягчения последствий, если кто-то либо заразился либо подвергся воздействию COVID-19. Определение близкого контакта: человек, который находился в пределах 6 футов с человеком, зараженным COVID-19, более 15 минут в течение 24 часов. Различные рекомендации по карантину более подробно рассматриваются на странице 3 газеты. Рекомендации по изоляции для вакцинированных и невакцинированных лиц соответствуют CDPH [Isolation Guidance](#) для тех, у кого диагностирован COVID-19.
- Очень важно продолжать уделять особое внимание **гигиене рук**. Это включает в себя обучение и укрепление навыков мытья рук, избегание контакта с глазами, носом и ртом, а также прикрывание рта во время кашля и чихания учащимися и сотрудниками.
- Рекомендации по **уборке** включают уборку 1 раз в день. Обычно этого достаточно, чтобы удалить потенциальные вирусы, которые могут находиться на поверхностях. **Дезинфекция** (используя дезинфицирующие средства из списка [U.S. Environmental Protection Agency COVID-19](#)) удаляет оставшиеся на поверхности микробы, что снижает риск распространения инфекции.

- Рекомендации по **организации питания** в школах включают увеличение дистанции во время еды (особенно в помещениях). Использование дополнительных пространств за пределами кафетерия для рассадки при приеме пищи, напр., в классных комнатах или спортзале, может помочь обеспечить дистанцирование учащихся и сотрудников. Рекомендуется есть на открытом воздухе, если это возможно.
- Школы могут запросить **подтверждение вакцинации** от COVID-19. Это поможет в реализации стратегий профилактики, которые зависят от статуса вакцинации. Это включает тестирование на COVID-19, отслеживание контактов, а также карантин и изоляцию. Зайдите на [CDC vaccine verification recommendations](#) за подробностями.
- Наилучшей практикой для школ/районов является обеспечение прозрачности для школьного сообщества касательно планов безопасности школы. Рекомендуется, чтобы как минимум все районы **опубликовали план безопасности** на своем сайте и сделали его доступным в школьных кампусах, а также поделились им с семьями до начала учебного года.

## ГОРЯЧАЯ ЛИНИЯ ДЛЯ COVID

Горячая линия для COVID округа Сакраменто доступна по тел. (916) 875-2400. Она работает с понедельника по пятницу с 8:00 до 17:00. Если вы предпочитаете э-почту, отправьте общие вопросы о COVID-19 на [COVID19@saccounty.net](mailto:COVID19@saccounty.net). Если у вас есть вопросы по вакцине от COVID-19, то пишите на [COVID19vaccine@saccounty.net](mailto:COVID19vaccine@saccounty.net).



Дополнительные ресурсы можно найти на веб-странице [SCPH Schools](#).



## НОВОЕ РУКОВОДСТВО ПО КАРАНТИНУ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ

Рекомендации по карантину для **невакцинированных учащихся, которые подверглись контакту с заболевшим в помещении класса**, которые являются близкими контактами (более 15 минут в течение 24 часов на расстоянии до 6 футов в помещении), когда обе стороны были в маске, как это требуется в закрытых помещениях K-12:

Могут пройти модифицированный 10-дневный карантин как изложено ниже. Они могут продолжать посещать школу для очного обучения, если они:

- не имеют симптомов;
- продолжают носить соответствующую маску, как требуется;
- проходить тестирование минимум 2 раза в неделю в течение 10-дневного карантина; и
- продолжать соблюдать карантин во время всех внеклассных занятий в школе, вкл. спорт и занятия в общественных местах.

Рекомендации по карантину для **невакцинированных близких контактов, которые не носили маску, или если инфицированный не носил маску во время пребывания в помещении:**

В отношении таких контактов те, у кого симптомы отсутствуют, т.е. у них НЕ БЫЛО никаких симптомов, могут прекратить самокарантин при следующих условиях:

- карантин можно прекратить через 10 дней с даты последнего воздействия без проведения тестирования; ИЛИ
- карантин можно прекратить через 7 дней, если диагностический образец собран через 5 дней с даты последнего воздействия и имеет отрицательный результат.

Бессимптомные близкие контакты должны:

- продолжать ежедневный самоконтроль за симптомами в течение 14 дней с даты последнего известного воздействия; И
- выполнять рекомендованные меры (напр., носить маску в присутствии других людей, мыть руки, избегать скопления людей) в течение 14 дней с даты последнего известного воздействия.
- если за это время появятся какие-либо симптомы, подвергшееся воздействию лицо должно изолироваться, пройти тестирование и связаться со своим врачом.

## БЕЗОПАСНОСТЬ ВАКЦИН ДЛЯ ДЕТЕЙ

Перед получением разрешения FDA на экстренное использование клинические тесты показали, что вакцины от COVID-19 чрезвычайно безопасны и эффективны для взрослых и детей от 16 лет и старше. В тестах участвовали десятки тысяч добровольцев. После получения дополнительных данных о безопасности для подростков младшего возраста FDA расширило разрешение на подростков от 12 лет и старше. Клинические тесты сейчас проводятся на детях в возрасте от 6 месяцев.

За вакцинами по-прежнему ведется тщательный контроль. Кстати, [Centers for Disease Control and Prevention](https://www.cdc.gov/prevention/) (CDC) говорит, что вакцины от COVID-19 будут проходить "самый интенсивный контроль безопасности в истории США". Вакцины от COVID-19 безопасны, но есть некоторые краткосрочные побочные эффекты, с которыми может столкнуться ваш ребенок. В ходе клинических тестов у некоторых подростков не было побочных эффектов, а у некоторых наблюдались побочные эффекты, схожие с теми, о которых сообщали взрослые:

- боль, покраснение и припухлость в месте инъекции
- жар
- озноб
- головная боль
- утомляемость
- тошнота
- боль в мышцах

## ЗАПИСЬ НА ВАКЦИНУ ОТ COVID-19

можно сделать на <https://myturn.ca.gov/>

Если вам нужна помощь для записи, позвоните 211 или (916) 529-4519.

Зайдите на сайт Американской академии педиатрии [HealthyChildren.org](https://www.healthychildren.org/), чтобы получить дополнительную информацию для семей о вакцине от COVID-19.

## ЕСЛИ КТО-ТО В ВАШЕЙ СЕМЬЕ ИМЕЕТ ПОЛОЖИТЕЛЬНЫЙ ТЕСТ НА COVID-19

Если ваш тест на COVID-19 оказался положительным, и вы чувствуете, что не можете безопасно изолироваться без продовольственной помощи (продуктов или готовых блюд), в округе Сакраменто есть координаторы ресурсов, которые помогут вам получить необходимые ресурсы. Обратитесь за помощью к одному из сотрудников вашего центра тестирования или напишите на: [SacCollab@shfcenter.org](mailto:SacCollab@shfcenter.org)

Ресурсы, которые мы можем предоставить вам во время вашего изоляционного периода:

- Готовая еда на 2 недели
- Продукты питания
- Коробки с едой
- Услуги психической поддержки
- Страхование здоровья/регистрация в CalFresh

### ТЕСТИРОВАНИЕ НА COVID-19

В наших 13 общественных пунктах тестирования на COVID-19 добавлены возможности быстрого тестирования на антигены (результат за 15 минут) для тех, кому нужны немедленные результаты, в дополнение к традиционному ПЦР-тестированию, которое предлагается сейчас. Пациенты могут проверить положительный результат на антиген с помощью ПЦР-теста для обеспечения точности в тот же визит (результаты ПЦР-теста приходят в течение 3 дней).

Тест на антиген не так точен как ПЦР-тест. Тесты на антиген не подходят для авиапутешествий, или когда ПЦР-тест требуется для участия в мероприятии. Однако это отличный вариант для тех, кто не вакцинирован и должен регулярно тестироваться для занятий спортом в школе, на рабочем месте или если вы находитесь в большой группе людей, или, например, подверглись воздействию COVID-19.

Записаться на тестирование можно независимо от гражданства США или легальной резиденции любому от 2 лет и старше (несовершеннолетние должны быть в сопровождении родителей/опекунов). Для записи на прием, возьмите с собой на регистрацию любой документ, удостоверяющий личность, с указанием даты рождения. Маски/покрытия для лица нужно носить во всех местах тестирования, некоторые маски будут доступны.

## ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ ОПЛАЧИВАЕМЫЙ БОЛЬНИЧНЫЙ ЛИСТ ПО COVID-19 В 2021

Застрахованные работники в общественном или частном секторе, которые работают на работодателей с более, чем 25 работниками, имеют право на не более 80 часов больничного листа по COVID-19 с 1 января 2021 по 30 сентября 2021 сразу после устного или письменного запроса к своему работодателю.

Застрахованный работник может взять больничный, если он не может работать или удаленно работать по любой из следующих причин:

- **Уход за собой:** Работник находится на карантине или в изоляции в соответствии с руководством по COVID-19, или ему рекомендован карантин врачом, или у него есть симптомы COVID-19 и он обращается за медицинским диагнозом.
- **Уход за членом семьи:** Застрахованный работник ухаживает за членом семьи, который находится в карантине или на изоляции из-за COVID-19, или которому врач посоветовал уйти на карантин из-за COVID-19, или ухаживает за ребенком, чья школа или место ухода закрыты или недоступны из-за COVID-19.
- **Вакцинация:** Застрахованный работник идет на вакцинацию или не может работать (работать удаленно) из-за симптомов, связанных с вакцинацией

### МЕСТА БЕСПЛАТНОГО ТЕСТИРОВАНИЯ В ОКРУГЕ САКРАМЕНТО ВЫ НАЙДЕТЕ ЗДЕСЬ:

[https://www.sacounty.net/COVID-19/Pages/Symptom-Screening\\_MobileTestingSite.aspx](https://www.sacounty.net/COVID-19/Pages/Symptom-Screening_MobileTestingSite.aspx)

