

# Kanos-a mag Test sa Kaugalingon sa Balay ug COVID-19

Ang pag-test sa balay makatabang nga mahibalo ka kon aduna kay COVID-19 aron makalikay ka sa pagpakatag niini ngadto sa uban. Ania ang mga senaryo ug konsiderasyon nga makatabang nimo sa pagdisisyon kon kanos-a maghimo ug test sa kaugalingon sa COVID-19 sa balay ug unsay buhaton sa dihang makuha na ang resulta.

**Aduna kay sintomas sa COVID-19.**



Komon nga sintomas ang kalintura, ubo, mubo nga pag-ginhawa, kakapoy, ug sakit ang kalawasan.

**Nakasalamuha ka ug adunay COVID-19.**



Pagsuot dayon ug maayo nga kalidad nga mask ug magpa-test labing menos 5 ka adlaw human ka makasalamuha.

**Mopakig-uban ka ug adunay taas nga risiko sa COVID-19.**



Pag test una ka makig-kita ni bisan kinsa nga dili maayo ang panglawas o kinsa anaa sa taas nga risiko nga grabeng magka-COVID-19.

**Ikaw nagplano nga mo tambong sa kalihokan o panagtapok.**



Konsideraha ang pag-test una ka mo adto sa siradong dapit nga panagtapok alang sa dugang tikang sa seguridad.



**Paghimo ug Test sa Balay alang sa COVID-19**



**Kon ang imong pagtest sa balay sa COVID-19 nag positibo:**



**Pabilin sa balay ug ilain ang kaugalingon layo sa uban labing menos 5 ka adlaw human sa pagpositibo sa test.**

**Kon ang imong pagtest sa COVID-19 sa balay nag negatibo:**



**Pag-test ug usab 24-48 oras paglabay sa imong unang pag-test, ilabina kon ikaw adunay sintomas.**

## Kon poisitbo and imong test sa balay para sa COVID-19:

### Kanos-a humanon ang paglain sa kaugalingon:

- Paglabay sa 5 ka adlaw kon ikaw wala nay kalintura sulod sa 24 ka oras ug ikaw adunay gamay o wala nay sintomas.
- Paglabay sa 10 ka adlaw kon ang imong COVID-19 nga sintomas seryoso o nagka-grabe ug/o ikaw adunay luya nga panglawas. Pakig-istorya sa imong healthcare provider alang sa dugang impormasyon.

Kon humana nimo ang paglain sa kaugalingon apan ang imong COVID-19 nga sintomas nibalik o mas nigrabe pa, kinahanglan nga usabon nimo ang paglain sa kaugalingon sa sinugdanan. Pag-usab ug test sa kaugalingon sa balay aron masegurado nga ikaw wala na matakdi.

### Padayon nga pag-amping:

Pagkahuman nimong mahuman ang paglain sa imong kaugalingon ug wala nay sintomas, pagsuot ug maayong kalidad nga mask sulod sa 10 ka adlaw kon adunay laing kauban sa palibot.

### Kanos-a kontakon ang healthcare provider:

- Kon ikaw anaa sa taas nga risgo nga grabeng magka-COVID-19 ug gusto ug antiviral nga pagpanambal
- Pagkuha ug medikal nga pag-atiman dayon kon ikaw adunay grabeng sintomas sama sa paglisod ug ginhawa o sakit sa dughan.

## Kon ang imong pagtest sa COVID-19 sa balay nag negatibo:

**Posible gihapon nga adunay COVID-19 bisan kon negatibo ang resulta. Pabiling e-praktis ang mga dugang tikang sa kaluwasan diha sa publiko.**

### Padayong pagpanagana:

Kon ikaw nakasalamuha ug adunay COVID-19, padayong proteksyoni ang imong kaugalingon ug ang uban:

- Pagsuot ug maayong kalidad nga mask sulod sa 10 ka adlaw human ka ma-ekspos, bisan kon ikaw nag negatibo sa test.
- Paghimo ug dugang test kon ikaw makigsalamuha sa uban, ilabina mga taas ug risgo nga indibiduwal

Sunda ang CDC guidelines on COVID-19 exposure.

### Kanos-a kontakon ang healthcare provider:

Kon ikaw padayon nga nag-negatibo sa test apan aduna gihapon COVID-19 nga sintomas, kontakon ang imong healthcare provider.