

# Kailan Isasagawa ang Sariling Pagsusuri o test para sa COVID-19 sa Bahay

Tinutulungan ka ng mga test sa bahay na malaman kung mayroon kang COVID-19 para maiwasan mo itong maikalat sa iba. Narito ang mga sitwasyon at pagsasaalang-alang upang matulungan kang magpasya kung kailan dapat isagawa ang pagsusuri o test sa COVID-19 sa bahay at kung ano ang gagawin kapag nakuha mo ang iyong mga resulta.

Mayroon kang mga sintomas ng COVID-19.



Ang mga karaniwang sintomas ay lagnat, ubo, hirap sa paghinga, pagkapagod, at pananakit ng katawan.

Nagkaroon ka ng malapit na pakikipag-ugnayan sa isang taong may COVID-19.



Magsuot kaagad ng mataas na kalidad na maskara at magpatest nang hindi bababa sa 5 araw pagkatapos ng iyong malapit na pakikipag-ugnayan.

Makakasama mo ang isang taong nasa mataas ang panganib para sa COVID-19.



Magpatest kaagad bago makipagkita sa sinumang immunocompromised o mahina ang kalusugan o nasa mataas na panganib para sa malubhang COVID-19.

Plano mong dumalo sa isang kaganapan o pagtitipon.



Isaalang-alang ang pagtetest bago ka pumunta sa isang panloob na pagtitipon bilang isang karagdagang hakbang para sa kaligtasan.



## Magpa-test ng At-Home COVID-19 Test



**Kung positibo ang iyong test sa bahay para sa COVID-19:**



Manatili sa bahay at ilayo ang sarili sa iba nang hindi bababa sa 5 araw pagkatapos magpositibo sa test.

**Kung negatibo ang iyong test sa bahay para sa COVID-19:**



Magpatest ulit ng 24–48 oras pagkatapos ng iyong unang test, lalo na kung mayroon kang mga sintomas.

## Kung positibo ang iyong test sa bahay para sa COVID-19:

### Kailan tatapusin ang isolation o paglayo ng sarili sa iba:

- Pagkatapos ng 5 araw kung wala ka nang lagnat sa loob ng 24 na oras at nagkaroon ka nang hindi matindi o walang sintomas.
- Pagkatapos ng 10 araw kung ang iyong mga sintomas ng COVID-19 ay malubha o malala at/o ikaw ay may mahinang kalusugan. Makipag-usap sa iyong healthcare provider para sa higit pang impormasyon.

Kung natapos na ang isolation ngunit ang iyong mga sintomas ng COVID-19 ay bumalik o lumala, dapat mong ibalik ang iyong isolation mula sa araw 0. Magpatest ulit ng COVID-19 sa bahay upang matiyak na hindi ka na nahawaan.

### Patuloy na pag-iingat:

Pagkatapos mong tapusin ang isolation o paglayo na iyong sarili sa iba at wala nang mga sintomas, magsuot ng mataas na kalidad na maskara sa loob ng 10 araw kapag kasama ang iba.

### Kung kailan makipag-ugnayan sa isang healthcare provider:

- Kung ikaw ay nasa may mataas na panganib para sa malubhang COVID-19 at gusto ng antiviral na gamot.
- Kumuha kaagad ng pangangalagang medikal kung mayroon kang malubhang sintomas tulad ng kahirapan sa paghinga o pananakit ng dibdib.

## Kung negatibo ang iyong test sa bahay para sa COVID-19:

Posible pa ring magkaroon ng COVID-19 kahit na may negatibong resulta. **Ipagpatuloy ang kasanayan sa seguridad nang kalusugan lalo na kapag nasa publiko.**

### Patuloy na pag-iingat:

Kung ikaw ay nailantad sa COVID-19, patuloy na protektahan ang iyong sarili at ang iba:

- magsuot ng mataas na kalidad na maskara sa loob ng 10 araw pagkatapos ng pagkakalantad, kahit na negatibo ang test mo.
- Magpatest ulit kung makikipag-ugnayan ka sa iba, lalo na sa mga taong may mataas na panganib.

Sundin ang mga alituntunin ng CDC guidelines on COVID-19 exposure.

### Kailan makipag-ugnayan sa isang healthcare provider:

Kung patuloy kang magnegatibo sa test ngunit mayroon pa ring mga sintomas ng COVID-19, makipag-ugnayan sa iyong healthcare provider.