

ITIGIL ANG TAHIMIK NA PAGKALAT NG COVID-19: ANG LAHAT NG DAPAT MONG MALAMAN PATUNGKOL SA PAGPAPASURI KAPAG WALANG SINTOMAS O ASYMPTOMATIC TESTING



Ano ang asymptomatic na pagkalat?

Maraming pag-aaral ngayon ang nagpapakita na isa sa dalawang impeksyon sa pandemyang ito ay nanggagaling sa taong walang anumang sintomas noong napasa nila ang virus. Ito ay tinatawag na asymptomatic, o tahimik na pagkalat. Ang mga tagakalat na asymptomatic ay mailalagay sa dalawang kategorya: 1) Ang mga taong kailanman na hindi nag-develop ng mga sintomas sa COVID-19 at 2) Mga taong preasymptomatic, ang ibig sabihin ay wala silang sintomas noong nakahawa sila ng iba ngunit nagkasakit sa di kalaunan. Ang parehong uri ng pagkalat na asymptomatic ay kinabibilangan ng paghawa sa iba habang malusog ang pakiramdam.

Ano ang asymptomatic, o 'screening,' testing?

Ang asymptomatic testing, tinatawag din na screening, surveillance o assurance testing, ay isang pagsusuri para sa mga taong malusog ang pakiramdam. Hindi katulad ng diagnostic testing, na nakatuon lamang sa mga taong may sintomas ng COVID-19, ang asymptomatic testing ay para sa mga walang sintomas ngunit kinakailangan magpasuri. Ang screening ay importante lalo na para sa sinuman na gumagawa ng mga aktibidad na nagpapataas ng panganib na maimpeksyon, o sinuman

na nagtatrabaho sa lugar na may malaking panganib. Ang pagsusuri sa mga tao na asymptomatic ay isang importanteng parte ng ating sama-samang pagsisikap upang matigil ang hindi nakikitang tali ng transmisyon.

Ano ang ginagawa ng mga lungsod at estado upang pataasin ang asymptomatic testing?

Maraming mga lungsod at estado ang nagpapadami ng kapasidad upang mas madalas na suriin ang mga tao na walang mga sintomas at gawin ang pagsusuri na accessible para doon na nasa panganib. Kabilang dito ang mga plano para sa pagpapadami ng routine testing ng mga tao na malapitang nagtatrabaho kasama ang iba, halimbawa, sa mga restawran o food processing, at para sa mga taong nagtatrabaho o nakatira sa mga lugar na may malaking panganib, tulad ng mga nursing home, paaralan, o bilangguan. Sa mga komunidad na malubhang natamaan, ang mga kampanya sa pagsusuri ay naghihikayat ng pagpapasuri para sa lahat ng miyembro ng komunidad.

Ano ang routine testing?

Ang routine testing ay isang napaka-importanteng parte ng asymptomatic testing at nagiging daan sa

pagsubaybay sa lugar ng trabaho at komunidad. Ibig sabihin nito na ang mga tao ay nasusuri ng isang o dalawang beses kada linggo o kada dalawang linggo, base sa regular na oras. Ito ay dahil sa ang pagsusuri ay isa lamang snapshot sa oras – maaaring negatibo ka sa isang araw ngunit puwedeng magpositobo pagkatapos sa susunod na araw. Ang routine testing ay gumagana sa pamamagitan ng maagang paghahanap ng mga impeksyon sa mga grupo ng tao na nasa malaking panganib dahil sa lugar ng kanilang pinagtatrabahuhan o tinitirahan. Halimbawa, ang ibang mga unibersidad at mga kolehiyo ay gumagamit ng routine testing ng lahat ng estudyante at staff na nasa kampus para sa personal na pagkatuto upang maiwasan ang malakihang pagkalat at mapigil ang tahimik na pagkalat. Ang routine testing ay hindi laging kinakailangan para sa mga indibidwal. Kung ikaw ay mayroong isang partikular na enkwentrong malaki ang panganib, ang pagpapasuri sa loob ng 5-7 na araw ay karaniwang sapat na upang malaman kung ikaw ay nahawa.

Ano ang maaari kong gawin upang mapatigil ang asymptomatic na pagkalat?

Kung ikaw man ay nagkaroon ng negatibong resulta o hindi, importante na ipagpatuloy mo ang pagsunod sa social distancing, mga tagubilin sa paghuhugas ng kamay at pagsusuot ng mask at laging makibalita kung kailan at bakit dapat magpasuri. Halimbawa, kung ikaw ay dadalo sa isang malaking pagsasalo, nakalimuta monng magsuot ng mask sa pagdiriwang na ginanap sa loob ng isang gusali o malapitang nakipagtrabaho sa iba, maaaring oras upang magpasuri. Makibalita at alamin ang iyong estado.

Paano ko malalaman kung ako ay isang silent spreader?

Tandaan na ang malusog na pakikiramdam ay hindi kasiguraduhan na ikaw ay walang COVID-19. Ang tanging paraan lamang upang talagang malaman ito ay sa pagpapasuri. Gayunpaman, ang pagsusuri ay nagrerepresenta lamang sa oras na iyon. Kung tingin mong may tsansang nakuha mo ang virus, lumayo sa iba, magmask at magpasuri.

Paano ko malalaman kung kailangan at kailan ako dapat magpasuri?

Ang mga karaniwang rason para magpasuri ang mga malulusog na tao ay kinabibilangan ng: Pumunta ka sa isang pagsasalo at malapitan kang nakipagsalamuha sa mga taong hindi mo kasama sa inyong tirahan, nagtatrabaho ka sa isang essential industry, o mayroon kang pinagbabatayang medikal na kondisyon at maaaring ika'y na-expose, naglakbay ka kamakailan, o hindi ka laging nakapagsuot ng mask o nakapag-social distance.

Lahat ba kami ay dapat ng magpasuri lagi?

Hindi. Ang pagkakaroon ng asymptomatic testing ay hindi nangangahulugan na ang lahat ay dapat lagi ng magpasuri. Ang ibig sabihin nito ay madiskarte nating susuriin ang mga taong malaki ang panganib at suriin sila ng regular dahil sila ay nagtatrabaho sa kinakailangang mga lugar o kondisyon o isang beses lamang pagkatapos ng isang engkwentrong malaki ang panganib. I-tsek ang website ng inyong lungsod o estado para sa karagdagang impormasyon sa mga tagubilin ng asymptomatic testing sa inyong lugar.

Pinapababa ba ng pagpapasuri ang panganib na ako ay mahawa?

Hindi. Ang impeksyon na COVID-19 ay nangyayari kapag ikaw ay na-expose sa lugar na mayroong malaking panganib. Ang malakihang asymptomatic testing ay maaaring magpababa ng antas ng impeksyon sa pangkalahatan sa pamamagitan ng pagtukoy ng mga taong may sakit sa komunidad. Ngunit hindi ka mapropektahan ng pagpapasuri sa pagkakaroon ng virus, katulad lang din ito ng pregnancy test na kaya lang ikumpirma ang resulta, ngunit hindi ang pagpigil nito.

Bakit ang ibang tao ay mas malaki ang panganib sa pagkakaroon ng COVID-19?

Para sa mga nagtatrabaho sa mga pamilihan, mga first responder, nars, guro, doktor at marami pang ibang mga essential worker, ang potensyal na pagka-expose sa COVID-19 ay hindi maiiwasan na parte ng kanilang trabaho. Nanganganib sila sa impeksyon araw-araw upang ihanda ang ating mga pagkain, alagaan ang mga may sakit at panatiliing ligtas ang ating mga lungsod.

Para sa iba, ang pagiging nasa lugar na may mas malaking panganib ay pinipili. Ang isang malakihang pagkalat ay maaaring magmula sa mga aksyon na nagsusulong ng impeksyon sa halip na ito'y pinipigilan, tulad ng pag-imbata sa mga kaibigan sa loob ng walang mga mask. Siguraduhin na huwag gumawa ng mga hindi kinakailangang pagsusugal. Gawin ang iyong parte, mag-mask, mag-social distance, maghugas ng kamay, iwasan ang mga salu-salo sa looban at mataong lugar at magpasuri kung tingin mo'y ikaw ay na-expose.