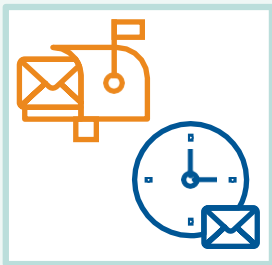




Daim Ntawv Qhia Txog Txuam Thawj ntawm Tus Kab Mob Khaus Viv-19 (COVID-19) rau Cov Neeg Ua Hauj Lwm Saib Xyuas Xaiv Tsa

Tam li kev yog ib tus neeg ua hauj lwm saib xyuas kev xaiv tsa ntawm xeev Oregon, koj yuav tau lis txheej txheem txog cov ntawv xaiv nom nyob rau hauv ib lub hnab ntawv uas raug foob ntom nti uas xa tuaj rau koj ntawd los ntawm kev xa ntawv los sis tus neeg pov npav ntawd yuav tsum tau muab cov ntawv xaiv nom ntawd koj mus pov rau ntawm ib lub npov tso ntaub ntawv uas raug cai. Cov hnab ntawv yuav muaj kab nplaum lo uas tej zaum tus neeg xa ntawv twb tau xuas nplaig yaim lawm. Vim muaj cov kev txhawj xeeb txog tias muaj Tus Kab Mob Khaus Viv-19 (COVID-19), Lub Oos Kas Saib Xyuas Kev Noj Qab Haus Huv Hauv Xeev Oregon (Oregon Health Authority) thiaj li muab lus tawm tswv yim pab raws li nram qab no:



Cov hnab ntawv yuav muaj kab nplaum lo uas raug nplaig yaim lawm thiab cov uas xa tuaj ntawm kev xa ntawv yuav yog ib qho kev phom sij rau cov neeg ua hauj lwm saib xyuas kev xaiv tsa.

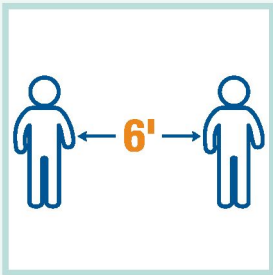
Nyob rau hauv cov chaw ua hauj lwm saib xyuas kev xaiv tsa, tag nrho cov neeg ua hauj lwm yuav tsum tau rau ib daim ntaub npog qhov ncauj qhov ntswg, txawm yuav yog lub sij hawm uas tsis muaj cov tswv cuab ntawm zej tsoom sawv daws nyob rau ntawm los xij.

- Thaum lub sij hawm dhau mus lawm cov hnab ntawv rau daim ntawv xaiv nom kuj yuav raug nplaig yaim, thiab cov hnab ntawv yuav nkag mus hla ntau lub tshuab ua hauj lwm uas muaj kev sib txhuam mus los ntau heev, ua rau kub thiab raug cua. Cov txuam thawj no kuj yuav ua rau tus kab mob vais lav (virus) tuag, raws li hais los ntawm Lub Chaw Xa Ntawv Hauv Teb Chaws Mes Kas.
- Tos kom ntev txog li peb xuab moos tso ua ntej yuav qhib cov ntawv xaiv nom tsis hais yuav yog cov uas sawv daws tuaj pov kiag ntiag tug los sis cov uas suav sau tau los ntawm cov npov tso ntaub ntawv.



Siv dej thiab xab npum ntxuav koj ob txhais tes kom huv si tas li yam tsawg li 20 chib (xes nkoos), tshwj xeeb mas yog tom qab kev tuav (chwv) cov hnab ntawv ntawd, lwm cov khoom los sis cov chaw (npoo los sis ntug).

Tu ntxuav kom huv si thiab tsuag tshuaj tua kab mob rau cov khoom thiab cov chaw (npoo) uas koj nquag tuav (chwv) tas li.



Yog koj tab tom tawm mus ua ib txoj hauj lwm rau ntawm ib lub chaw uas muaj lwm cov neeg los sis yuav tau sib ntsib sib tham nrog pej xeem sawv daws, koj yuav tsum ua raws li cov cai caiv nyob kom sib nruug deb.

- Nyob kom sib nruug deb yam tsawg li rau fij (feet) ntawm cov neeg ua hauj saib xyuas kev xaiv tsa thiab zej tsoom sawv daws thaum twg los tau uas tsim nyog.
- Txhua pawg kws ua hauj lwm saib xyuas kev xaiv tsa yuav muaj ob tus neeg thiab nkawv yuav tsum siv cov cai caiv nyob kom sib nruug deb ntau li ntau tau. Txhua pawg nyias yuav tsum nyob nyias kom sib nruug deb ntawm lwm pawg yam tsawg li rau fij (feet).
- Txwv tsis pub cov neeg tuaj saib uas tsis tseem ceeb nkag los coob. Tsis txhob pub lub cev sib chwv nrog cov neeg ua hauj lwm los sis cov neeg pov npav.
- Nco ntsoov, xeev Oregon twb tau lis txheej txheem txog cov ntawv xaiv nom tau ntau tshaj li 1 sawm daim nyob rau hauv xeev Oregon no thaum Lub Tsib Hlis Ntuj Xub Thawj lawm thiab lub xeev kuj tseem tsis tau hnov txog hais tias muaj ib tus neeg twg raug tau tus kab mob vais lav (virus) nod los ntawm ib daim ntawv xaiv nom hlo li.