



500 Summer St NE E20

Salem OR 97301

전화: 503-947-2340

팩스: 503-947-2341

날짜: 2021년 6월 30일

일반인을 위한 COVID-19 공중 보건 권장 사항

2021년 6월 30일 Kate Brown 주지사는 COVID-19와 관련된 대부분의 규제를 해제했지만, 여전히 COVID-19가 위험하다는 사실을 기억하는 것이 중요합니다. 우리 모두는 스스로와 서로를 보호하기 위해 최선을 다해야 합니다. 모두가 다음 수칙을 따르면 동료, 이웃, 친구 및 가족들의 생명을 구하는 데 도움이 됩니다.

우리 자신과 다른 사람들을 COVID-19로부터 보호하기 위한 수칙:

- 백신을 접종하십시오.
- 아픈 경우 집에 머무르십시오. 전염성이 더 강한 SARS-CoV2 바이러스 변종이 오리건주에서 유행하고 있습니다. 이러한 변종은 더 쉽게 퍼져서 더 많은 사람들이 COVID-19에 감염될 수 있습니다. 백신 접종은 이러한 변종의 확산을 막는 데 도움이 됩니다.
- 다음을 읽어보십시오. [공중 보건 권장 사항: 마스크, 얼굴 가리개 및 안면 보호대를 착용하고 공공 장소에서 물리적 거리 두기](#)
- 백신을 접종하지 않았거나 [심각한 COVID-19 질환의 위험](#)이 있는 경우, 군중 속에 있거나 대규모 모임에 참석할 때 마스크를 착용하고 다른 사람들과 물리적 거리를 유지하십시오.
- 공공 장소에서 증상(예: 기침, 발열 또는 숨참)이 나타나면, 즉시 귀가하여 자가격리 조치를 취하십시오.
- COVID-19 증상이 있는 경우 검사를 받으십시오.
- 치료가 필요한 경우, 담당 의료 서비스 제공자에게 연락하십시오.
- 자주 20초 이상 손을 씻거나 알코올 함량 60-95%의 손 소독제를 사용하여 건강한 손 위생을 생활화하십시오.

- 기침/재채기가 나올 때는 팔이나 티슈로 가리십시오. 사용한 티슈는 즉시 쓰레기통에 버리고 손을 씻으십시오.
- 얼굴을 만지지 마십시오.

추가 자료

- [공중 보건 권장 사항: 마스크, 얼굴 가리개 및 안면 보호대를 착용하고 공공 장소에서 물리적 거리 두기](#)
- [코로나바이러스에 대한 정확한 정보 바로 알기](#)
- [오리건 주의 COVID-19 검사](#)

문서 접근성: 장애인 또는 영어 이외의 언어를 사용하는 분들을 위해, OHA는 번역, 큰 글자 또는 점자와 같이 다른 형태로 된 정보를 제공할 수 있습니다. 건강정보센터(1-971-673-2411, 711 TTY 또는 COVID19.LanguageAccess@dhsosha.state.or.us)로 문의하십시오.