



## Cúm, COVID-19 và RSV: Thông tin quý vị cần biết

**Người cao tuổi và những người có hệ thống miễn dịch yếu hơn có nguy cơ bị bệnh nặng do cúm, COVID-19 và vi rút hợp bào hô hấp (RSV). Trẻ nhỏ cũng có thể bị bệnh nghiêm trọng do RSV.**

**Bảo vệ bản thân và những người khác khi chúng ta dành nhiều thời gian bên nhau hơn ở trong nhà:**

- Tiêm vắc xin. Có vắc xin cho cả COVID-19 và cúm. Không có vắc xin cho RSV.
- Ở nhà khi ốm.
- Nếu có thể, tránh tiếp xúc với những người bị bệnh.
- Nếu chăm sóc người bị bệnh, hãy đeo khẩu trang và rửa tay thường xuyên.
- Giữ cho tay của quý vị tránh xa mặt của quý vị hoặc con quý vị.
- Rửa tay thường xuyên trong ít nhất 20 giây.
- Làm sạch các bề mặt thường chạm vào, chẳng hạn như tay nắm cửa và các thiết bị điện tử.
- Đeo khẩu trang nếu có thể khi ở trong nhà đông người và ở gần những người có hệ miễn dịch yếu hơn.
- Nếu quý vị không thể đeo khẩu trang, hãy tránh những nơi đông người, cả trong nhà và ngoài trời.

**Cúm, COVID-19 và RSV đều do vi rút gây ra**

**Những loại vi rút này có thể lây lan khi:**

- Người bị nhiễm bệnh nói chuyện, ho hoặc hắt hơi xung quanh người khác.
- Ai đó chạm vào bề mặt hoặc đồ vật có dính một trong những loại vi rút này rồi sau đó chạm vào miệng, mũi hoặc mắt của chính họ.

**Cúm, COVID-19 và RSV có thể gây ra các triệu chứng tương tự, bao gồm:**

- Sốt
- Ho
- Đau họng
- Sổ mũi/nghẹt mũi
- Đau nhức cơ hoặc đau nhức cơ thể
- Mệt mỏi
- Đau đầu
- Nôn hoặc tiêu chảy (cúm, phổ biến hơn ở trẻ em)
- Mất vị giác hoặc mất mùi (COVID-19)

**Khả năng tiếp cận tài liệu:** Đối với những người bị khuyết tật hoặc người không nói được tiếng Anh, OHA có thể cung cấp thông tin theo các định dạng khác, chẳng hạn như bản dịch, in chữ lớn hay chữ nổi. Liên hệ với Đơn vị truyền thông về COVID-19 theo số 1-971-673-2411, 711 TTY hoặc [COVID19.LanguageAccess@dhsosha.state.or.us](mailto:COVID19.LanguageAccess@dhsosha.state.or.us).