

Cov dabtsi Neeg Alaskans yuav tsum tau paub txog COVID-19

Hloov kho thaum lub Tsib Hlis ntuj vas thib 11, xyoo 2020

Ua tsaug koj tau pab tiv thaiv kom tsis txhob kis COVID-19 nyob Alaska. Raws li Lub Xeev Alaska txo cov kev txwv thiab rov qhib peb txoj kev lag luam, nws yog qhov tshwj xeeb uas txhua tus yuav tsum muaj kev tiv thaiv txuas mus ntxiv. Yog tias peb txhua tus koom tes ua ke, peb tuaj yeem khaws cov naj npawb ntawm COVID-19 tsawg kom cov neeg tuaj yeem rov qab mus ua haujlwm thiab pib tawm hauv zej zog ntau dua. Yog tias cov xwm txheej pib nce, kev txwv yuav tsum tau rov ua dua. Yog li thov, txhua tus ua koj txoj haujlwm!

Txhua tus neeg Alaskan yuav tsum tau ua txuas ntxiv mus:

- Ntawm thawj qhov phiaj cim qhia tias koj yuav muaj mob –cais koj tus kheej tawm ntawm lwm tus thiab hu rau ib lub chaw kuaj mob ze koj mus kuaj.
- Ntxuav koj ob txhais tes kom heev nrog xab npum thiab dej sov li 20 feeb.
- Zam tsis txhob kov koj lub qhov muag, qhov ntswg thiab qhov ncauj.
- Zam kev ze nrog cov neeg tsis yog cov neeg hauv koj tsev neeg. Tsis txhob tuav tes lossis sib puag.
- Txwv txiav kev tawm mus sab nraum tsev, tshwj xeeb yog cov neeg ntawm koj tsev neeg muaj feeb yuav muaj mob hnyav dua.
- Yog tias thaum koj kuj tau tawm mus, nyob li rau fij ntawm lwm tus, thiab looj ib daim ntaub npog ntsej muag thaum koj kuj tuaj yeem nrug deb tsis tau ntawm lwm tus (khw muag khoom, chaw taug kev, chaw dav rau pej xeeb).
- Txwv kev sib ntsauv kom tsawg. Txwv cov neeg sab nrauv rhau ntawm koj tsev neeg.
- Koj yuav tsum tau paub meej cov npe ntawm cov neeg uas koj tau nyob ze nrog (nyob ze txog li rau fij rau li 10 nas this lossis ntau dua) nyob ntawm yog tias koj tau muaj mob. Qhov no yuav pab cov neeg saib xyuas kev noj qab haus huv tiv tauj rau cov neeg kom tiv thaiv kev kis tau tus kab mob.

Kev kuaj rau COVID-19 tau nthuav dav hauv Alaska thiab tam sim no muaj ntau rau cov zej zog thoo plaws hauv xeev. Yog hais tias koj muaj cov tsos mob - txawm tias me me - cais koj tus kheej tam sim ntawv thiab hu rau koj tus kws kho mob, tus kws saib xyuas kev noj qab haus huv hauv zos lossis pawg neeg saib xyuas kev noj qab haus huv nug txog kev kuaj. Tsis txhob mus rau hauv chaw kho mob lossis tsev kho mob uas tsis hu ua ntej. Qhov no muab chaw kho mob lub sijhawm kom ceev faj tiv thaiv lawv cov neeg ua haujlwm thiab lwm tus neeg mob. Hu rau koj tus neeg saib xyuas kev noj qab haus huv yog tias koj xoom xaim COVID-19 mus pab tiv thaiv kev kis tus kab mob hauv Alaska. Yog thaum ib tug neeg kuaj muaj tus mob COVID-19, Alaska seem Tiv Thaiv Kab Mob lossis seem Kev Pov Hwm Kev Noj Qab Haus Huv yuav tau ntsib nrog tus neeg uas kuaj pom tus mob thiab cov neeg nyob ze kom qhia lawv txog qhov xav tau kev cais tus kheej ib leeg lossis cais tawm.

Cov tsos mob ntawm COVID-19 yog li cas? Cov tsos mob tej zaum yuav tshwm sim li 2–14 hnuv tom qab kis tau tus kab mob. Cov neeg uas muaj cov tsos mob no lossis cov kev sib txuas ua ke ntawm cov tsos mob tej zaum yuav muaj COVID-19:

- hnoos
- ua pa tsis txaus lossis ua pa nyuaj
- ua npaws
- ua daus no
- tshee tshee nrog ua daus no
- mob pob txha
- mob taub hau

- mob qa
- kev saj lossis kev tsis hnov tsw uas tshwm sim tshiab
- raws plab
- qaug zog
- xeev siab
- ua pob
- los ntswg lossis ua hnoos qeev ntau

Cov teeb meem los ntawm COVID-19 tuaj yeem suav nrog cov mob hanyav, xws li mob ntsws lossis mob raum tsis ua haujlwm, thiab qee zaum, kev tuag.

Tus kab mob kis tau li cas? Coronaviruses feem ntau kis los ntawm ib tus neeg mus rau lwm tus los ntawm cov tee dej uas tsim thaum tus neeg mob hnoos lossis txham. Kev sib kis muaj tshwm sim ntau dua thaum cov neeg tau nyob sib ze (li ntawm rau fij ntawm ib tug neeg uas ntev dua 10 nas this). Yog hais tias koj tau nyob ze nrog ib tug neeg uas tau kuaj muaj COVID-19, nyob hauv tsev, txwv koj li kev sib cuag nrog lwm tus, thiab hu rau koj tus kws kho mob tham txog yuav saib xyuas koj tus kheej li cas rau cov tsos mob thiab thaum twg thiaj li kuaj tau.

Cov neeg laus (65 thiab rov sauv), cov nyob hauv tsev tu neeg laus lossis chaw tu neeg mus li ib lub sijhawm ntev thiab ib tug neeg uas muaj ib tug mob* yuav tsum tau ua txuas ntxiv lawv li peev xwm kom txo tau lawv txoj kev pheet hmoov ntawm kev cuam tshuam tau txais COVID-19.

- Nyob hauv tsev ntau li ntau tau.
- Hais kom lwm tus lis haujlwm rau koj.
- Muaj khoom siv txaus hauv tsev thiab khoom noj nyob ntawm tes – lossis kom muab lawv xa tuaj.
- Soj ntsuam koj txoj kev noj qab haus huv thiab tiv tauj rau lub chaw saib xyuas kev noj qab haus huv hauv zos txhawm rau kuaj ntawm thawj li cim qhia tias tej zaum koj yuav muaj mob.

*Cov uas muaj feem yuav ua mob hanyav tau suav nrog cov neeg muaj kab mob ntsws lossis mob siab, mob hawb pob, mob plawv, ntshav qab zib lossis cov neeg rog dhau lossis lub cev tsis muaj zog tiv thaiv, uas ua rau txo lub cev muaj peev xwm los tua cov kab mob thiab lwm yam kab mob.

Peb tag nrho nyob no ua ke. Peb txhua tus yuav tsum tau koom tes ua ke mus ntxiv txhawm rau kom tiv thaiv tau COVID-19 kis. Kawm ntxiv ntawm coronavirus.alaska.gov.