

Những Điều Cần Biết Về Coronavirus Mới



NẾU QUÝ VỊ ĐÃ ĐI DU LỊCH

Đã đi đến các nước có Coronavirus Mới hoạt động.

Hãy lưu ý các triệu chứng

Theo dõi cẩn thận tình trạng sức khỏe của bản thân trong 14 ngày sau khi trở về. Các triệu chứng nhiễm virus này bao gồm sốt, ho hoặc hụt hơi thở.

Tránh truyền nhiễm vi trùng, vi khuẩn: Không đi đến phòng cấp cứu, trừ khi có các triệu chứng trầm trọng, như khó thở.

Nếu quý vị không có triệu chứng

Nếu bắt đầu có triệu chứng, quý vị nên nghỉ ở nhà, mang khẩu trang, và gọi bác sĩ. Hãy cho bác sĩ biết về chuyến đi du lịch gần đây và các triệu chứng hiện nay của quý vị.

Nếu quý vị có các triệu chứng

Nếu quý vị bị bệnh, bị sốt, ho, hoặc hụt hơi thở, quý vị phải:

- Gọi bác sĩ ngay. Nếu cần đi đến văn phòng bác sĩ thì quý vị phải gọi trước, mang khẩu trang, và cho biết về chuyến đi du lịch và các triệu chứng của quý vị.
- Tránh tiếp xúc những người khác.
- Ngoài việc mang khẩu trang, quý vị cần rửa tay thường xuyên với nước và xà phòng trong ít nhất là 20 giây để hạn chế sự lây lan virus cho người khác.

NẾU QUÝ VỊ KHÔNG ĐI DU LỊCH

Quý vị có thể bảo vệ bản thân và người khác tránh virus gây bệnh đường hô hấp.

- Hãy rửa tay với nước và xà phòng, và chà sát bàn tay trong ít nhất là 20 giây.
- Giữ khăn giấy và dung dịch diệt trùng trong xe, xách tay, túi đeo lưng và các nơi khác.
- Tránh bắt tay với người khác.
- Đùng ho hoặc nhảy mũi vào bàn tay. Hãy dùng khăn giấy hoặc nhảy mũi vào tay áo hoặc cánh tay.
- Tránh sờ vào mặt, nhất là không sờ mắt, mũi, và miệng.
- Nghỉ ở nhà nếu quý vị bị bệnh và có triệu chứng về hô hấp, như sốt, ho, hoặc hụt hơi thở, hoặc nếu cảm thấy mệt trong người.
- Tránh những nơi tụ họp đông người.

Hãy mang khẩu trang nếu quý vị bệnh

Nếu quý vị bị cảm, cúm hoặc nhiễm các virus khác, quý vị có thể bảo vệ gia đình, các bạn và đồng nghiệp không bị lây bệnh bằng cách tự mang khẩu trang.

Cập nhật thông tin mới

Sở Y Tế Công Cộng Hạt Santa Clara:
sccphd.org/coronavirus

Nếu quý vị cảm thấy lo âu

1-855-278-4204 là đường dây hỗ trợ trong cơn khủng hoảng, không cần cho biết tên, làm việc 24 giờ, 7 ngày một tuần

