

Npaj rau cov neeg mob es ua hauj lwm tom teb thiab tus kab mob COVID-19

KHO DUAB TSHIAB THAUM LUB 3/31/20

Koj yuav tau npaj li cas yog hais tias ib tug neeg ua hauj lwm es lub chaw kuaj kab mob yeej kuaj pom tseeb lawm tias nws muaj tus kab mob COVID-19?

Rau cov neeg es lub chaw kuaj kab mob yeej kuaj pom tseeb lawm tias nws muaj tus kab mob COVID-19, lub tsev saib kev noj qab haus huv hu ua Minnesota Department of Health (MDH) yuav hu xov tooj mus rau tus neeg ua hauj lwm es muaj tus kab mob thiab xam phaj nws. Lawv kuj yuav xav hais qhia rau cov neeg es muaj kev phoj sij loj tsam nws kis yooj yim kom nws nyob twj ywm tom tsev (cais nws tus kheej kom txhob sib kis) li 14 hnuv.

Cov khaub ncaws looj tiv thaiv tus kheej hu ua personal protective equipment (PPE) yeej ib txwm siv looj pem koj lub chaw ua hauj lwm thiab qhov es yuav tsum sib nrug deb los yog social distancing es twb yeej tsim muaj thiab siv lawm kom thiaj li tsis sib kis tus kab mob COVID-19 yooj yim ntawm ib tug neeg rau ib tug neeg ntawm cov neeg ua hauj lwm ua ke es yog rau cov neeg es xam tias lawv yog cov muaj kev phom sij siab los yog phom sij nruab nrab thaum lub sij hawm no. Yog hais tias koj muaj lus nug dabtsi, thov hu rau MDH ntawm 651-201-5414.

Kuv yuav tsum tau ua li cas yog tias ib tug neeg ua hauj lwm es mob muaj tus yam ntxwv li tus kab mob COVID-19?

Tus neeg mob yuav tsum nyob twj ywm hauv tsev thiab, yog hais tias ua tau, yuav tsum muaj ib chav rau nws tus kheej nyob thiab ib lub tsev dej rau nws siv kom thiaj li txo qhov kev phom sij es kis mus rau tsev neeg.

1. Tus yam ntxwv mob no zoo zuj zus lawm (qhov no yuav siv ntev li 14 hnuv) THIAB,
2. Yuav tsum tsawg kawg los ntev li xya hnuv dhau mus txij thaum tus yam ntxwv mob no tshwm sim thawj zaug THIAB,
3. Yuav tsum tsawg kawg los ntsev li PEB hnuv tom qab tus kab mob no yeej tsis muaj lawm (yam tsis siv cov tshuaj noj kom txo tus daus no kom txhob kub kub).

Cov neeg ua hauj lwm ua ke yeej rov qab mus tau hauj lwm yog tias lawv yeej tsis muaj tus yam ntxwv mob li cas. Lawv yuav tau ua twb zoo ua raws nraim li cov kev cob qhia ntawm kev noj qab haus huv thiab kev nyab xeeb es lub tsev ua hauj lwm tau teeb tseg, es kuj muaj li nram no:

- Sawv sib nrug deb. Piv txwv, muab lub sij hawm pib ua hauj lwm kom sib txawv, sij hawm so thiab sij hawm noj mov kom sib txawv, thiab ua zoo saib es muab cov neeg ua hauj lwm kom ua hauj lwm sib nrug kom deb li rau hneev taw ntawm ib tus neeg twg.
- Siv tej yam khoom looj seb yog cov twg kom tiv taiv tau yus tus kheej ntawm txoj hauj lwm yus ua.
- Ntxuav tes tas mus li.
- Tsis txhob kov koj lub ntsej muag, koj lub qhov ntswg, lub qhov ncauj, los yog ob lub qhov muag.
- Npog qhov ncauj thaum hnoos thiab txham.

- Ntsuam xyuas kom zoo ntawm tus yam ntxwm mob ntawm tus kab mob COVID-19 (daus no, hnoos, ua pa nyuaj, lwm yam mob es muaj tus yam ntxwv tau muab sau sab saum toj).

Kev sib chwv los yog nyob ze ze ua ke ntawm tsev neeg yeej muab xam tau tias yog ib qho kev phom sij loj dua txog kev sib kis tus kab mob COVID-19. Yog hais tias ib tug neeg hauv tsev neeg sib chws thiab nyob sib ze heev nrog ib neeg ua hauj lwm es muaj cov mob li tus yam ntxwv ntawm tus kab mob COVID-19, tus neeg ua hauj lwm ntawd yuav tsum tau nyob tsev thiab cais nws tus kheej li 14 hnuv thiab soj ntsuam xyuas seb puas muaj tej yam mob tshwm sim.

Feem ntau, cov neeg ua hauj lwm nrog ib tug neeg ua hauj lwm es muaj tus kab mob COVID-19 yeej ua hauj lwm ntxiv mus tau yog tias lawv yeej tsis muaj mob dabtsi, tabsis lawv yuav tsum tau saib xyuas lawv tus kheej yog tias muaj cov yam ntxwv mob ntawd ces yuav tsum tau nyob tsev. Tus neeg ua hauj lwm yuav tsum tau nkag siab tias txawm muaj tus yam ntxwv mob me me xwb, los nws yuav tsum tau nyob hauv tsev thiab yeej tsis muaj kev rau txim vim nws tsis tuaj ua hauj lwm. Tus neeg ua hauj lwm yuav tsum nrhiav kev mus kho mob yog tias lawv qhov mob ho mob loj zuj zus thiab yog lawv xav tias lawv yuav tsum tau mus kuaj. Qhia kom lawv yuav tsum hu lawv tus kws kho mob los yog lub tsev kuaj mob ua ntej lawv mus.

Yuav ua li cas peb thiaj li txo kom qis ntawm qhov es yuav ntsib tub kab mob no pem hauj lwm?

Nco ntsoov tias, tus kab mob COVID-19 yog ib tug kab mob rau hauv lub ntsws es kis ntawm ib tug neeg rau ib tug neeg thaum ib tug neeg twg hnoos los yog txham. Nyob sib nrug kom deb ntawm ib tug neeg twg thiab looj cov khoom kom tiv thaiv tau koj tus keej los yog PPE thiaj yog cov es tseem ceeb tshaj koj yuav tau ua kom koj cov neeg ua hauj lwm thiaj li muaj kev puaj phais. Ntxuav tes tas mus li, thiab so thiab siv tshuaj so tej chaw kom hu si kuj yog ib qho tseem ceeb thiab.

Cov neeg ua hauj lwm yuav ua li cas thiaj li txo tau qhov ke phom sij es kis tau tus kab mob COVID-19 pem hauj lwm?

- Nyob tsev thaum koj muaj mob.
- Qhia rau koj tus nai saib xyuas hauj lwm yog hais tias muaj ib tug neeg hauv koj tsev neeg nyob hauv koj lub tsev muaj tus kab mob COVID-19.
- Ntxuav koj txhais tes tas li nrog rau cov xub npum thiab dej kom ntev li 20 vib nas this.
- Siv cov tshuaj ntxuav tes hu ua hand sanitizer es kom muaj cawv cuaj caum li ntawm 60% yog hais tias tsis muaj xub npum thiab dej.
- Tsis txhob kov koj ob lub qhov muag, qhov ntswg, thiab qhov ncauj nrog rau txhais tes es tsis tau ntxuav.
- Npog koj lub qhov ncauj thiab qhov ntswg es yog siv ib daim nawv so tes thaum koj hnoos los yog koj txham los yog txham rau ntawm koj lub luj tshib es koj quav koj sab caj npab. Muab daim ntawv so tes pov tseg hauv thoob khib nyiab thiab ntxuav koj sab tes tam sim ntawv nrog dej thiab xub npum.

- Ua raws nraim li lub chaw ua hauj lwm qhov kev sib nruq deb ntawm ib leeg twg li tau teeb tseg thiab lwm yam es lub chaw ua hauj lwm xav kom cov neeg ua hauj lwm yuav tsum sib nruq deb li rau-hneev taw ntawm ob tug neeg ua hauj lwm.

Daim teb los yog cov tswv teb yuav npaj li cas rau cov neeg ua hauj lwm es muaj mob?

Cov tsev ua hauj lwm yuav tsum muaj kev npaj ua ntej rau lawv cov neeg ua hauj lwm tseem ceeb hu ua essential rau lub tsam thawj tsis muaj hauj lwm rau lawv ua lawm. Kav tsij npaj ua koj cov hauj lwm es tseem ceeb los yog essential ntxiv mus, xws li tu cov tsiaj txhu thiab pub qhauv rau cov tsiaj. Muab cov neeg ua hauj lwm xyaum kom lawv paub ua lwm txoj hauj lwm es tseem ceeb kom lub chaw ua hauj lwm thiaj li tseem khiav taus txawm tus neeg ua hauj lwm tshwj xeeb rau qhov ntawv tsis tuaj lawm. Yog xav paub ntxiv, mus saib [Businesses and Employers: COVID-19 \(www.health.state.mn.us/diseases/coronavirus/businesses.html\)](https://www.health.state.mn.us/diseases/coronavirus/businesses.html).

Puas muaj ib daim ntawv cob qhia tias yog tu kom huv si thiab siv tshuaj tu kom huv si es tu li cas?

Muaj, CDC twb tau muab ib daim ntawv cob qhia txog kev tu kom huv si thiab siv tshuaj tu kom huv si ntawm koj lub chaw ua hauj lwm hu ua [Cleaning and Disinfecting Your Facility \(www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/prepare/disinfecting-building-facility.html\)](https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/prepare/disinfecting-building-facility.html).

Minnesota Department of Health
Zoonotic Disease Unit Email: ZDU@state.mn.us
www.health.state.mn.us

Minnesota Department of Agriculture
COVID Question Line: mdaresponds@state.mn.us
www.mda.state.mn.us

Xav kom tau daim ntawv information no es yog lwm hom, hu rau: 651-201-5414.