

Cov Kauj Ruam Tom Ntej:

Poo nrog ib tug neeg muaj COVID-19

(Next Steps: Exposed to someone with COVID-19)



Yog tias koj poo raug ib tub neeg muaj COVID-19, mus ntsuas kab mob luv kawg li 5 hnuv tom qab kev poo raug, soj xyuas cov kev mob tshwm sim thiab looj daim ntaub khwb ntsej muag haum zoo.

Kev nkag siab txog koj feem muaj taus teeb meem

Muaj qee cov tseem ceeb yuav txo tsawg los sis muaj taus qhov teeb meem mob COVID-19 tom qab poo raug. Cov no muaj xws li:

- Koj nyob nrog tus neeg muaj COVID-19 ntev npaum li cas.
- Seb tus neeg muaj COVID-19 muaj cov kev mob tshwm sim los sis tsis muaj thaum lub caij ntawd.
- Yog tias tus neeg muaj COVID-19 tau muaj kev hnoos, kev seev suab hu nkauj, kev qw los sis kev sib zog ua pa.
- Seb tus neeg muaj COVID-19 los sis koj puas looj daim ntaub khwb ntsej muag.
- Qhov chaw dim pa zoo npaum li cas.
- Tus neeg muaj COVID-19 nyob ze npaum li cas rau koj.

Yuav ua dab tsi tom qab kev poo raug:

- Looj daim ntawv khwb ntsej muag haum zoo nyob rau hauv tsev thiab mus poo nrog pej xeem li 10 hnuv ntxiv.
- Mus ntsuas kab mob COVID-19 tsawg kawg li 5 hnuv tom qab koj poo raug.
- Soj xyuas cov kev mob tshwm sim ntawm COVID-19 mus 10 hnuv tom qab koj muaj kev poo raug tag.
- Ceev faj heev dua ntxiv yog tias koj nyob nrog cov tib neeg uas muaj feem yuav mob tau COVID-19 nyhav heev.
- Yog tias koj nyob nrog ib tug neeg muaj COVID-19, xyeej txoj kev nyob ua ke tib qho chaw hauv lub tsev. Siv chav pw los sis chav dej sib txawv yog koj siv tau.
- Zam txhob tawm mus ntoj ncig. Tsis txhob ya dav hlau los sis caij lwm cov tsheb thauj neeg pej xeem, nrog rau sib qiv tsheb caij los sis cov tsheb ntiav.



Yog tias koj pib muaj cov kev mob tshwm sim los sis ntsuas pom muaj tus kab mob:

Coj raws cov kauj ruam no txawm yog koj yeej txhaj cov tshuaj tiv thaiv kab mob txhij.



- Cais nyob ib leeg ntawm lwm cov hauv koj lub tsev neeg
- Mus ntsuas tus kab mob COVID-19 yog tias koj tseem tsis tau.
- Qhia rau tus kws kho mob txog cov kev mob tshwm sim koj muaj yog dab tsi.
- Looj daim ntaub khwb ntsej muag haum zoo thaum nyob nrog lwm cov neeg.

