



# COVID-19:

## Tuav tswv yim txog kev sib ntsib tim ntsej tim muag muab kev pab

“Planning for face-to-face service”




Cov kev txiav txim txog cov kev pab tim ntsej tim muag thaum lub caij muaj tus kab mob kis thoob ntiaj teb COVID-19 yog pib los ntawm lub tsev neeg thiab yuav muaj kev coj raws lub koom haum cov kev cai thiab qib kev sib kis tus kab mob COVID-19. Txoj kev noj qab haus huv ntawm cov tsev neeg thiab neeg ua hauj lwm yog qhov tseem ceeb tshaj plaws. Nws tseem ceeb yuav tau xav seb koj lub tsev neeg cov kev tu ncuu puas tsim nyog muaj txoj kev sib ntsib tim ntsej tim muag los sis kev sib tham hauv xov tooj, hauv vas sab los sis lwm cov kev sib cuag hauv tshuab hluav taws xob uas yuav pab tau koj cov kev tu ncuu. Yuav tau xav txog cov nram no thaum txiav txim txog qhov no:


- Cov ncauj lus tswv yim ntawm koj tus me nyuam pab neeg tu xyuas kab mob kev nkeeg
- Feem uas koj tus me nyuam, cov neeg hauv tsev, los sis cov neeg saib xyuas los sis cov neeg muab kev pab poo raug tus kab mob COVID-19
- Cov teeb meem muaj taus rau cov neeg hauv lub tsev uas pab tsis tau tus kheej
- Yam kev pab uas muaj tsis tu ncuu los sis yuav tau muaj ntau dua ntxiv
- Rab peev xwm muab tau cov kev pab kho hauv xov tooj, hauv vas sab, los sis lwm cov kev uas tsim nyog rau lub tsev neeg
- Kev muaj cov khoom tiv thaiv tus kheej (PPE), xws li cov ntaub npog ntsej muag thiab cov hnab looj tes


## Ua ntej yuav sib ntsib hauv tsev

### 1. Kev ntsuas lub tsev neeg thiab tus neeg muab kev pab

Ua ntej yuav sib ntsib tim ntsej tim muag, tus neeg muab kev pab yuav tsum sib cuag hauv viv dis aus los sis sib tham nrog tsev neeg ua ntej kom nkag siab txog lub tsev zoo li cas thiab paub tseeb txog cov kev txhawj xeeb. Yuav tsum sib tham txog cov nqe lus nug nram no:

 Leej twg puas tau muaj los sis xav tias lawv kub ib ce ua npaws siab tshaj 100.4 nris nkis (degrees) thiab/los sis lwm cov cim qhia los sis kev mob tshwm sim nrog txoj kev ua paug rau hlab ntsws xws li hnoos, ua daus no, mob nqaij leeg, mob qa, los sis ua pa txog siav?

 Nyob rau hauv 14 hnub dhau los, puas muaj leej twg hauv tsev tau mus poo nrog ib tug neeg uas ntsuas pom muaj tus kab mob COVID-19, xav tias muaj tus kab mob COVID-19, los sis muaj cov kev mob tshwm sim rau hlab ntsws?

 Puas muaj tib neeg hauv tsev uas lub nruab nrog cev tsis muaj zog, laus dua 60 xyoo, los sis muaj cov teeb meem mob los ntev uas muaj feem yuav kis tau cov kev muaj mob ntawm tus kab mob COVID-19 zoo dua?

**Yuav tau muab cov kev teem sib ntsib hauv tsev tso tseg tsis ntsib yog tias tus neeg muab kev pab muaj mob los sis ib tug neeg hauv tsev mob.**

## 2. Xyuas kom tau qhov chaw nyab xeeb

- Yog ua tau thiab tsim nyog, sib ntsib nrog koj tus neeg muab kev pab nyob rau sab nraum zoov.
- Txiaiv txim seb qhov chaw twg hauv koj lub tsev yuav yog qhov chaw rau koj sib ntsib nrog koj tus neeg muab kev pab.
- Xaiv qhov chaw hauv koj lub tsev uas xis nyob rau koj. Sim siv cov chav tseg kom tsawg npaum li tsawg tau.
- Teeb cov cuab yeej khoom siv rau qhov chaw ntawd ua ntej kom koj tus neeg muab kev pab thiaj li tsis mus rau lwm cov chav hauv koj lub tsev.

## 3. Npaj qhov chaw

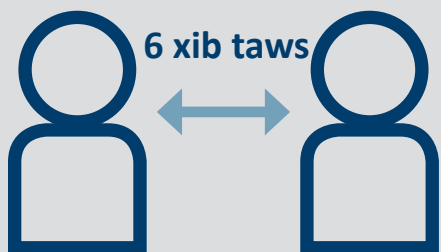
- Yog tias koj ua tau, tu ntxuav thiab tsuag tshuaj rau cov khoom nquag siv ntawm qhov chaw xws li cov pob qhov rooj, cov txee, thiab lwm cov npoo ntawm qhov chaw uas koj yuav sib ntsib nrog koj tus neeg muab kev pab.
- Yog muaj lwm cov neeg nyob tsev, hais kom lawv tsis txhob nkag los rau qhov chaw ntawd thaum koj tus neeg muab kev pab tseem nyob hauv koj lub tsev.

## 4. Npaj koj tus kheej

- Ntxuav koj ob txhais tes nrog tshuaj xub npum thiab dej mus 20 lij ua ntej koj tus neeg muab kev pab tuaj txog. Siv cov tshuaj pleev tes yog tias tsis muaj tshuaj xub npum thiab dej siv tau.
- Tom qab ntxuav koj ob txhais tes, looj koj daim ntaub npog ntsej muag yog tias koj muaj ib daim.
- Cov me nyuam yau dua hnuv nyoog ob xyoos yuav tsum tsis txhob looj cov ntaub ntsej muag.



## Thaum cov sij hawm sib ntsib hauv tsev



- Looj lub khwb ntsej muag los yog daim ntaub npog ntsej muag. Xyuas “Xam txog cov kev looj ntaub npog ntsej muag” nram no kom paub cov tswv yim thiab kev xav tau los ntawm cov ntaub npog ntsej muag.
- Txhua tus yuav tsum nyob sib nrug deb 6 xib taws thawm lub caij sib ntsib.
- Cov neeg hauv tsev uas tsis muaj kev sib txuam ncaj qha nrog txoj kev pab yuav tsum nyob twj ywm hauv lwm cov chav hauv lub tsev.
- Tsis txhob chwv koj ob lub qhov muag, qhov ntswg los sis qhov ncauj. Yog tias koj chwv koj lub ntsej muag, nco ntsoov ntxuav koj ob txhais tes ua ntej thiab tom qab chwv tag.

## Tom qab sib ntsib hauv tsev tag

- Tu ntxuav thiab tsuag tshuaj rau cov khoom siv thaum sib ntsib hauv tsev thiab cov chaw nquag chwv txog los sis cov khoom ntawm cheeb tsam uas koj ntsib nrog koj tus neeg muab kev pab.
- Ntxuav koj ob txhais tes nrog tshuaj xub npum thiab dej luv kawg kiag li 20 lij.

# Xam txog cov kev looj ntaub npog ntsej muag



- Yog koj xav tias npog ib feem ntawm koj lub ntsej muag yuav tsim muaj kev mob rau koj los sis yuav tsim muaj teeb meem txaus ntshai heev dua rau koj, thov muab qhov teeb meem no sib piv nrog qhov teeb meem muaj tus mob thiab xaiv qhov kom zoo tshaj rau koj.
- Ua ntej yuav looj daim ntaub npog ntsej muag, ntxuav koj ob txhais tes nrog tshuaj xub npum thiab dej los sis siv cov tshuaj pleev tes yog tias tsis muaj tshuaj xub npum thiab dej rau siv tau.
- Koj daim ntaub npog ntsej muag yuav tsum npog koj lub qhov ncauj thiab qhov ntswg kom seem chaw me me ntawm koj lub ntsej muag thiab daim ntaub npog ntsej muag.
- Tsis txhob chwv koj daim ntaub npog ntsej muag thaum koj looj tau nws. Yog tias koj chwv koj lub ntsej muag, ntxuav koj ob txhais tes nrog tshuaj xub npum thiab dej los sis siv cov tshuaj pleev tes yog tias tsis muaj tshuaj xub npum thiab dej rau siv tau.
- Xyaum [ua daim ntaub khwb ntsej muag uas tsis tag xaws](#).

# Cov kev tshwj tseg ntawm txoj kev looj cov ntaub npog ntsej muag



Cov neeg yuav tsum **tsis** looj lub khwb ntsej muag yog:



- Cov me nyuam yau dua hnuv nyoog 2 xyoos
- Cov neeg muaj teeb meem ua pa los sis looj tsis hnov lawm
- Cov neeg uas tsis muaj peev xwm hle tau daim ntaub npog ntsej muag yog tsis muaj neeg pab

Koj yuav tau **rov xav txog** txoj kev siv cov ntaub npog ntsej muag yog:



- Daim ntaub npog ntsej muag muaj feem yuav txhaws caj pas los sis zawm caj pas rau koj tus me nyuam
- Kev looj daim ntaub npog ntsej muag yuav ua rau kom koj tus me nyuam nquag chwv nws lub ntsej muag heev dua qhov nws tsis looj