

# Kev Ntsuas Tsis Pom Muaj Mob COVID-19: Nws txhais li cas?

## Koj daim ntawv ntsuas COVID-19 qhia tias **TSIS MUAJ MOB**

**Koj feem cuam ntau tshaj plaws tsis muaj mob COVID-19 nyob rau lub sij hawm no.**

Koj tuaj yeem tau muaj kev cuam tshuam rau tus mob COVID-19 ntawm qee lub sij hawm thiab ncuaj sij hawm tseem tsis dhau tau ntev txaus kom txoj kev ntsuas no kom pom tau tus mob. *Koj tej zaum kuj yuav ntsuas pom tias muaj tus mob rau lub sij hawm tom qab ntxiv.* Ua raws li cov lus qhia los ntawm koj tus kws kho mob thiab lub xeev thiab feem cuam saib xyuas kev noj qab haus huv hauv koj cheeb tsam.

**Yog tias koj yog cov neeg nyob ze nrog ib tug twg uas muaj kab mob COVID-19 kev cais ntsuas ib ntus 14-hnub yeej tseem yog txoj kev taug nyab xeeb tshaj plaws rau cov neeg nyob sib ze.** Yuav txo tau lub caij cais ntsuas ib ntus mus rau 10 hnub, yog tias tib neeg tseem ntsuam xyuas txog cov kev mob tshwm sim mus txwm 14 hnub. Yuav txo tau lub caij cais ntsuas ib ntus mus rau 7 hnub ntxiv, yog tias ntsuas pom tus tib neeg tsis muaj kab mob (PCR los sis roj ntsha tsim zog) uas sau tau rau hnub 6 los sis hnub 7.

**Ntxeev sab mus rau cov lus qhia ntxiv ntawm kev saib txuas mus rau cov tsos mob.**

### Yuav tiv thaiv koj tus kheej thiab lwm tus

- **Nquag ntxuav koj ob txhais tes** nrog xab npum thiab dej yam tsawg 20 vib nas this. Siv cov tshuaj ntxuav tes uas muaj cawv cuaj caum 60% yog tias koj tsis muaj xab npum thiab dej.
- **Tsis txhob siv sij hawm los nyob nrog cov neeg muaj mob.**
- **Yog tias ua tau, nyob koj sib nrug deb lwm tus li ntawm 6 feet** thaum koj tawm ntawm tsev mus.
- **Nyob tsev kom ntau li ntau tau thiab tshwj xeeb yog tias koj muaj mob.**

- **Tsis txhob kov koj ob lub qhov muag, qhov ntswg thiab qhov ncauj** yog tias koj tsis tau ntxuav koj ob txhais tes.
- **Ntxuav txhua qhov chaw “kov tas li” txhua hnub.** Cov chaw no suav nrog cov tsee, qaum rooj, ntsia qhib qhov rooj, cov cuab yeej siv hauv chav dej, cov chav da dej, cov xov tooj, cov pob ntaus ntawv koos pij tawj, xov tooj loj, thiab cov rooj hauv txaj.
- **Muab ntawv this xuj los npog qhov ncauj thiab qhov ntswg thaum koj hnoos los sis txham** los sis siv koj txhais quav npab los tau.
- **Rau daim ntaub npog ntsej muag thaum** nyob rau qhov chaw muaj neeg coob, tshwj xeeb yog thaum nyuaj rau kev nyob kom sib nrug.



# Soj Ntsuam Saib Cov Tsos Mob Txuas Ntxiv Mus



**Txawm hais tias koj kuaj tsis pom muaj tus mob COVID-19, saib xyuas cov tsos mob ntxiv mus, xws li:**

**Hnoos (tshiab los sis heev  
zuj zus)**

**Ua pa tsis taus**

**Ua npaws**

**Ua daus no**

**Mob caj pas**

**Los ntswg**

**Mob nqaij**

**Mob taub hau**

**Kev tsis hnov khoom qab los sis  
ntxhiab uas tshwm sim tshiab**

**Tsis yog txhua tus neeg mob COVID-19  
muaj tag nrho cov tsos mob no.**

Rau qhov ntau leej, cov tsos mob yog mob  
me me, tsis muaj qhov ua npaws.

Qee tus neeg kuj yuav tag zog los sis muaj  
tsos mob plab hnyuv xws li xeev siab, ntuav,  
raws plab, los sis mob plab.

**Nws yog ib qho tseem ceeb kom koj paub tias  
koj tseem tuaj yeem tso tawm (kis) tus kab  
mob mus rau lwm tus txawm tias koj muaj  
cov tsos mob me los sis tsis muaj kiag li.**

**Yog tias koj MUAJ cov tsos mob mus ntxiv los sis cov tsos mob hloov pauv,  
nyob hauv tsev thiab nrhiav kev sab laj ntawm kws kho  
mob txog qhov xav rov kuaj dua.**



## **Koj cov kev xaiv yog dab tsi yog tias koj tsis muaj tus kws saib xyuas mob xub thawj?**

**Yog tias koj muaj is saws las kho mob,** hu rau koj lub tuam txhab kev pov hwm thiab  
laww tuaj yeem txuas koj nrog tus kws kho mob hauv koj lub is saws las li pab pawg.

**Yog koj tsis muaj is saws las saib xyuas kev noj qab haus huv,** hu 211 thiab laww  
tuaj yeem txuas koj rau tus kws saib xyuas kev noj qab haus huv uas pab cuam cov neeg  
tsis muaj kev is saws las kho mob.

