



Những việc cần làm nếu quý vị tiếp xúc với một người nhiễm vi-rút corona (COVID-19) được xác nhận

Nếu quý vị tiếp xúc với một người được xét nghiệm khẳng định nhiễm COVID-19, hãy thực hiện theo các bước dưới đây trong **14 ngày cách ly** để tránh lây lan bệnh cho người khác trong trường hợp quý vị nhiễm bệnh.

Bệnh vi-rút corona 2019 (COVID-19) là gì?

COVID-19 là một căn bệnh đường hô hấp do loại vi-rút mới được gọi là SARS-CoV-2 gây ra. Các triệu chứng thông thường nhất của căn bệnh này là sốt, ho và khó thở. Hầu hết những người nhiễm COVID-19 sẽ mắc bệnh nhẹ, nhưng một số người sẽ nặng hơn và có thể cần nhập viện.

Tại sao tôi phải cách ly và điều đó có ý nghĩa gì với tôi?

Quý vị được cách ly vì quý vị tiếp xúc với một người nhiễm COVID-19 trong khi họ mắc bệnh. Trong thời gian cách ly, quý vị nên ở nhà và theo dõi sức khỏe của mình với các triệu chứng như sốt, ho, khó thở, mất vị giác/khứu giác hoặc [các triệu chứng về hô hấp khác](#). Tự theo dõi trong vòng 14 ngày sau lần tiếp xúc cuối cùng với người nhiễm COVID-19. Trong 14 ngày này, quý vị không nên đi làm hoặc đi học, không nên có khách hoặc đến nhà của người khác và nên tránh những địa điểm công cộng.

Làm thế nào Khu Y Tế Snohomish xác định rằng tôi đã phơi nhiễm?

Thông thường quý vị nhiễm bệnh khi tiếp xúc gần với người bệnh. Quý vị được xác định là người đã tiếp xúc gần với ca được khẳng định nhiễm COVID-19. Tiếp xúc gần gồm có:

- Sống trong cùng nhà với người nhiễm COVID-19,
- Chăm sóc cho người nhiễm COVID-19,
- Tiếp xúc với người nhiễm COVID-19 trong vòng 6 feet trong 15 phút (cộng dồn) hoặc hơn, HOẶC
- Tiếp xúc trực tiếp với chất bài tiết từ người nhiễm COVID-19 (ví dụ như bị ho vào người, hôn, dùng chung đồ dùng, dùng chung công cụ, v.v.).

Tôi có nguy cơ cao nhiễm bệnh nghiêm trọng không?

Nếu quý vị có bất cứ bệnh lý nào dưới đây và tiếp xúc gần với ca được khẳng định nhiễm COVID-19, quý vị có thể có nguy cơ cao nhiễm bệnh nghiêm trọng. Hãy gọi cho nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe của quý vị để được hướng dẫn và khuyến nghị thêm.

- Từ 60 tuổi trở lên,
- Mang thai,
- Không có khả năng miễn dịch,
- Có bệnh lý nền khác

Tôi nên làm gì nếu tôi mắc bệnh ngay lúc này hoặc mắc bệnh trong thời gian cách ly?

Nếu quý vị mắc bệnh ngay lúc này hoặc có các triệu chứng sốt, ho, khó thở hoặc [các triệu chứng COVID-19 khác](#) (cho dù những triệu chứng này rất nhẹ), vui lòng gọi đến nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe của quý vị và được xét nghiệm COVID-19. Quý vị nên tiếp tục ở nhà và tránh tiếp xúc với những người khác. Cố gắng đứng cách 6 feet những người mà quý vị sống cùng.

Phòng Dịch Vụ Phòng Ngừa

3020 Rucker Ave, Suite 202 ■ Everett, WA 98201-3900 ■ Fax: 425.339.8706 ■ ĐT: 425.339.5278



Tôi nên làm gì nếu tôi không mắc bệnh ngay lúc này?

Quý vị nên ở nhà và theo dõi sức khỏe của mình với các triệu chứng COVID-19 trong toàn bộ thời gian cách ly 14 ngày. Quý vị không nên đi làm hoặc đi học, không nên có khách, không nên đến nhà của người khác và nên tránh những địa điểm công cộng. Nếu quý vị là nhân viên thiết yếu, quý vị có thể tiếp tục làm việc miễn là quý vị không phát triển bất cứ triệu chứng nào (dù nhẹ) hoặc có kết quả dương tính.

Tôi nên làm gì nếu tôi không được tiêm vắc-xin ngừa COVID-19?

Quý vị được xem là đã tiêm vắc-xin ngừa COVID-19 đầy đủ khi đã hoặc hơn 2 tuần sau khi quý vị được tiêm liều thứ hai trong mũi tiêm 2 liều (Pfizer hoặc Moderna), hoặc ≥ 2 tuần sau khi quý vị được tiêm vắc-xin một liều (Janssen).

- Nếu quý vị được tiêm vắc-xin đầy đủ và có bất cứ triệu chứng nào phù hợp với COVID-19, quý vị nên cách ly với người khác và xét nghiệm.
- Nếu quý vị được tiêm vắc-xin đầy đủ và không có các triệu chứng tương tự COVID, quý vị không cần cách ly. Những người được tiêm vắc-xin đầy đủ không cách ly vẫn nên theo dõi các triệu chứng COVID-19 trong 14 ngày sau khi tiếp xúc.
- Nếu quý vị không được tiêm vắc-xin đầy đủ (theo định nghĩa nói trên), quý vị nên cách ly 14 ngày và theo dõi các triệu chứng. Nếu quý vị là nhân viên thiết yếu, quý vị có thể tiếp tục làm việc trong thời gian cách ly, miễn là quý vị không phát triển bất cứ triệu chứng nào (dù nhẹ) hoặc có kết quả dương tính.

Tôi nên làm gì nếu tôi có tình trạng cấp cứu và cần chăm sóc y tế ngay lập tức?

Nếu quý vị có tình trạng cấp cứu y tế, quý vị nên gọi 911. Thông báo cho nhân viên điều phối rằng quý vị có thể đã nhiễm COVID-19. Nếu có thể, hãy đeo khẩu trang trước khi dịch vụ cấp cứu y tế đến hoặc ngay sau khi họ đến.