

COVID-19

Nguồn tham khảo cho người vô gia cư

COVID-19 là một chủng vi-rút corona mới. Chủng vi-rút này có thể gây bệnh nhẹ, như cảm lạnh, hoặc bệnh nặng như viêm phổi. Hiện chưa có thuốc điều trị hay vắc xin phòng bệnh.



Bệnh lây lan thông qua giọt bắn khi người nhiễm bệnh hắt hơi, ho hoặc nói chuyện.

Triệu chứng



- Ho.
- Thở hổn hển hoặc khó thở.
- Ngoài ra, còn có các triệu chứng như sốt, ớn lạnh, đau mỏi cơ, nhức đầu, đau họng và mất vị giác hay khứu giác.

Nếu quý vị xuất hiện các triệu chứng trên, hãy gọi cho cơ sở chăm sóc sức khỏe của quý vị. Nếu quý vị cần trợ giúp tìm cơ sở chăm sóc sức khỏe hoặc bảo hiểm, hãy gọi cho Sở Y Tế Hạt Tacoma-Pierce theo số (253) 798-6410.



Kiểm dịch nghĩa là tách một người bị **phơi nhiễm** với COVID-19 để ngăn ngừa lây nhiễm sang người khác.

Cách ly nghĩa là tách một người **nhiễm** COVID-19 để ngăn ngừa lây nhiễm sang người khác.



Nếu quý vị đã phơi nhiễm hoặc nhiễm COVID-19, cơ sở chăm sóc sức khỏe có thể đưa quý vị đến Trung Tâm Chăm Sóc Tạm Thời ở Tacoma để đánh giá và phục hồi.

Giữ gìn sức khỏe bản thân.



Wash your hands often with soap and warm water.
Chà tay trong ít nhất 20 giây.
Rửa sạch bằng nước và lau khô bằng khăn sạch.

Quý vị có thể sử dụng trạm rửa tay tại phân trạm Cảnh Sát Trưởng Parkland (Parkland Sheriff substation).

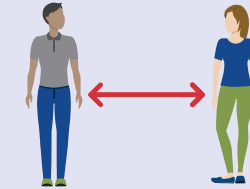


Thường xuyên sử dụng dung dịch sát khuẩn tay.
Chà dung dịch trên tay và các ngón tay trong 20 giây.

Quý vị có thể sử dụng trạm khử trùng tay tại Nativity House ở Tacoma.



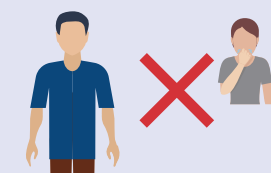
Che miệng khi ho và hắt hơi.
Sử dụng khăn giấy, khuỷu tay hoặc cổ áo sơ mi của quý vị.



Giữ khoảng cách 6 feet (khoảng 1,8 mét) với người khác.



Đeo khẩu trang.



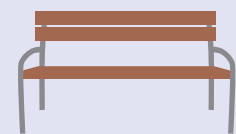
Tránh tiếp xúc với người bệnh.



Không chạm vào mặt hoặc khẩu trang.



Không dùng chung vật dụng cá nhân như khăn tắm, xà phòng, dao cạo râu, v.v.



Tránh các bề mặt hay bị chạm vào, như băng ghế hoặc sân chơi.



Giữ kết nối.

Hỏi các nhóm tiếp cận và nhà cung cấp dịch vụ để biết nơi có thể kết nối Wi-Fi trong cộng đồng.

Nhờ người đáng tin cậy giúp đỡ. Tìm hiểu thêm tại tpchd.org/coronavirus.