



Cov Kauj Ruam SMARTER

Kaum Hli 2022

Cov Kauj Ruam SMARTER yog ib qho cuab yeej yooj yim rau cov neeg nyob Kas Lis Faus Nias siv los koj kev qhov Phiaj Xwm SMARTER, theem txuas mus ntawm xeev txog kev sib kis tus kab mob COVID-19. Yog xav kawm paub ntau txog cov hau kev npaj rau yav tom ntej txog kev txawv txav los sis hloov ntawm tus kab mob COVID-19, mus saib covid19.ca.gov/smarter.

COV KOOB TSHUAJ

Peb pom zoo kom txhua tus neeg mus txhaj cov tshuaj tiv thaiv kab mob COVID-19 raws li qhov lawv yuav txhaj tau. Yog tias koj tseem txhaj tshuaj tiv thaiv tsis tau puv thawj phaum, koj yuav tau txhaj tam siv. Mus txhaj cov koob tshuaj uas txhaj los tiv thaiv ntiv thaum txog sij hawm mus txhaj. [Kawm paub ntau ntiv txog cov tshuaj tiv thaiv](#).

COV NTAUB NPOG QHOV NCAUJ QHOV NTSWG

Kev rau daim ntaub npog qhov ncauj qhov ntswg yog ib txoj hau kev pab tau kev sib kis qeeb ntawm tus kab mob COVID-19. Txoj kev haum zoo thiab lim tau cua zoo yuav ua kom koj tau kev tiv thaiv zoo tshaj los ntawm ib daim ntaub npog qhov ncauj qhov ntswg. Cov ntaub ua pa (suav nrog rau N95, KN95, los sis KF94) los sis cov ntaub npog qhov ncauj qhov ntswg uas siv thaum phais mob yog cov peb pom zoo kom neeg siv es tsis txhob siv cov uas siv ntaub xov los ua, tiam sis yog siv daim ntaub npog qhov ncauj qhov ntswg lawm, nws yeej zoo dua li tsis siv. Kas Lis Faus Nias siv lub [Yeej Tsav Tswj thiab Tiv Thaiv Kab Mob Sib Kis \(CDC\) COVID-19 Nyob Rau Theem Hauv Zej Zog](#) txhawm rau qhia txog kev rau daim ntaub npog qhov ncauj qhov ntswg thiab kev tiv thaiv nyob ntawm seb lub zej zog poob rau cov muaj kev sib kis qis, pes nrab, los sis siab. Kawm paub ntau txog [kev rau ntaub npog qhov ncauj qhov ntswg tam sim no](#).

KEV MUAJ CUA HLIV MUS LOS

Txoj kev sib tham nyob nraum zoo yeej yog qhov uas muaj kev nyab xeeb tshaj. Kev ua kom muaj tej huav cua huv (muaj cua mus los) thaum nyob hauv tsev tuaj yeem ua kom muaj cov vais lav nyob rau cov huab cua tsawg. Koj yeej ua tau kom muaj cov cua huv siab ntau nyob ntawm cov chaw nyob hauv tsev yog koj muab cov qhov rooj thiab qhov nrais qhib thiab siv cov tshuab lim uas ua nqa tau.

COV KEV KUAJ

Yog koj tau mus nyob ze ib tus neeg muaj tus kab mob los sis muaj cov tsos mob, koj tsim nyog siv ib yam khoom kuaj uas siv tau nyob tom tsev coj los kuaj koj los sis mus kuaj nyob ntawm ib lub chaw kuaj los sis ib lub chaw kho mob. Yog qhov kev kuaj hauv tsev qhia tias koj tsis muaj tus kab mob, tiam sis koj yeej muaj cov tsos mob ntawm kab mob COVID-19, koj yuav tsum tau rov qab kuaj dua nyob hauv 24-48 teev los sis mus kuaj nyob ntawm lub chaw uas siv qhov kev kuaj PCR. Tam sim no, qhov kev kuaj PCR thiab cov khoom kuaj hauv tsev yeej kuaj tau kab mob COVID-19 tib si, tiam sis zoo ib yam li txhua yam kev kuaj, muaj tej lub sij hawm, nws yeej qhia tau yuam kev. [Kawm paub ntau txog kev kuaj](#).

KEV MUAB NEEG MUAJ TUS KAB MOB CAIS KOM TSIS TXHOB NYOB ZE LWM COV NEEG (ISOLATION)

Cov tib neeg uas kuaj pom tias lawv muaj tus kab mob yuav tsum nyob twb ywm hauv tsev luv kawg los yog li tsib hnub THIAB mus txog thaum lawv tsis ua npaws thiab lawv cov tsos mob twb zoo ntau lawm. Siv ib qhov khoom kuaj tom tsev coj los kuaj rau thaum hnub tsib los si tom qab ntawd saib koj puas tseem muaj tus kab mob lawm. [Kawm paub ntau txog kev qhia cais tus kheej tam sim no](#).

KEV KHO

Nws muaj ib co tshuaj tau kev tso cai los kho tus kab mob COVID-19 lawm, tshwj xeeb yog cov uas muaj kev phom sij siab yuav mob nyhav. Hu mus nug koj tus kws kho mob saib puas muaj ib yam tshuaj uas yuav zoo rau koj siv. [Kawm paub ntau txog cov hau kev kho uas muaj tam sim no](#).

Cov neeg nyob rau Kas Lis Faus Nias yuav tsum mob siab saib cov kev qhia los ntawm feem saib xyuas kev noj qab haus huv hauv lawv cheeb tsam, vim tias txhua cheeb tsam yuav muaj qhov sib txawv. Lub Xeev cov coj yuav muab cov kauj ruam SMARTER ntawm no kho tsis tseg muaj ntiv los mus pab kom koj khiav dhau txoj kev muaj kab mob sib kis loj ntawm no.



Xoo tus lej QR nyob ntawm phab ntawv no los nkag mus xyuas cov links nyob hauv daim ntawv qhia ntawm no.

COVID-19 Lub Xov Tooj Hu Dawb: 1-833-422-4255

Hnub Monday – Friday, 8Teev Sawv Ntxov – 8Teev Tsaus Ntuj |
Hnub Saturday – Sunday, 8Teev Sawv – 5Teev Tsaus Ntuj

COVID19.CA.GOV

Qhov Peb Ua Yuav
Cawm Tau Neeg Txoj Sia