

Kabmob (COVID-19) Coronavirus Disease 2019

Tus kabmob (COVID-19) Coronavirus Disease yog ib tug kabmob uas kis los ntawm kev ua pa. Nws yob is yam kabmob tshiab uas sibkis yoojyim heev los ntawm tibneeg, ib leeg rau is leeg.

Yam abtsi tshwmsim rau koj, es koj thiaj li paus tias koj muaj kabmob (COVID-19)?

Cov kev qhia tshwm nram no yuav muaj nyob nrog koj li 2 mus rau 14 hnuv tomqab koj kis tau tus kabmob no los trau koj.

- ua dausno (ua kub-uano) hauv koj luv cev
- koj hnoos hnoos heev
- koj ua tsis taus pa, ua rau koj txog txog siav



Tus kabmob (COVID-19) no sibkis tau li cas?

Tus kabmob (COVID-19) no, tsuas yog sibkis los ntawm tibneeg ib leeg trau ib leeg xwb.

- Yog koj nyob sibze nrog lwm tus neeg li 6 feet los hauv no ces sibkis tau.
- Thaum tus neeg uas muaj tus kabmob (COVID-19) no, hnoos losyog txham, ces nws cov pa kabob tawm ya mus noyb rau saum cua ib puag ncig nws:
 - Ces tus kabob (COVID-19) no muaj peevxwm ya mus nkag rau lwm tus neeg sis mob tej qhovncauj lossis qhov ntswg, uas nyob sibze li 6 feet los hauv no.
 - Tus tsis mob muaj peevxwm nqus tus pa kabmob (COVID-19) no mus trau hauv nws lub ntsws.
 - Tus kabmob (COVID-19) no muajpeev xwm nyob cuabtha blas tau ntawm tej pobqhovrooj, computer thiab tej xovtoojtes (cell phone).

Hom neeg zoolicas yog cov uas yuav kis tau tus kabmob (COVID-19) no yoojyim zoo tshaj lwm tus?

- Cov tibneeg uas twb muaj lwm yam mob nyob hauv lawv lub neej lawm, xws li:
 - Cov neeg muaj mob plawv
 - Cov neeg muaj mob ntsws
 - Cov neeg muaj mob ntshav qabzig
 - Cov uas tab tom xeeb menyuum losyog cov xeeb menyuum hauv nws lub cev tau li ob lub listiam lawm
 - Yog koj muaj lwm hom mob, nrog koj tus kws khomob tham, nws yuav qhia trau koj es koj thiajli muaj kew xyuamxim
 - Cov thibneeg laus, uas muaj hnuvnyoog nchav

Pab tivthaiv kom tus kabmob (COVID-19 no, txhob sibkis ntawm ib leeg rau ib leeg).

Tamsis no, tseem tsis tau muaj tshuaj los txhaj tivthaiv tus kabmob no; yog li ntawd, nws yob ib qho tseem ceeb kawg nkaus, uas sawvdaws txhua tus, yuav tau ua nyias feem pab kom tus kabmob COVID-19 no txhob sibkis ntawm ib leeg rau ib leeg, uas yog yuav tau ua raws li cov kev coj nram no.

Yuav ua li cas, kus thiaj li tivthaiv tau kuv tuskheej ntawm hom kabmob COVID-19 no?

Koj ua tej dejnum tivthaiv koj tuskheej ntawm tus kabmob no, tib yam nkaus li thaum koj ua es kom koj tsis kis mob dausno lossis khaubthuas thiab. Cov dejnum nram no yog kev xyuamxim uas koj ua, es yuav pab tivthaiv kom koj txhob raug tus kabmob no:

- Ntxuav koj ob txhais tes kom ntau li ntau tau tsis tu ncu
- Siv cov tshuaj ntxuavtes uas muaj 60 feempua cawv nyob hauv
- Tsis txhob kov koj ob lub qhovmuag, qhovntswg thiab qhovncauj
- Txavdeb tsis nyob ze ntawm cov neeg uas muaj mob
- Thaum koj jib thiab pom tibneeg, nyob kom nrugdeb ntawm lawv li 6 feet

Sources:

MDH - <https://www.health.state.mn.us/diseases/coronavirus/materials/index.html>

CDC - <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-nCoV/index.html>



COVID-19 information funded by

