

# Những việc cần làm nếu quý vị có khả năng đã bị phơi nhiễm với vi-rút từ người mắc COVID-19

## Tóm tắt các thay đổi ngày 15 tháng 11 năm 2021

- Cập nhật thông tin về cách một người phơi nhiễm COVID-19
- Cập nhật thông tin hướng dẫn xét nghiệm, đeo khẩu trang và cách ly kiểm dịch dành cho những người tiếp xúc gần chưa tiêm vắc-xin đầy đủ và không có triệu chứng
- Cập nhật thông tin hướng dẫn xét nghiệm, đeo khẩu trang và cách ly kiểm dịch dành cho những người tiếp xúc gần đã tiêm vắc-xin đầy đủ và không có triệu chứng
- Bổ sung hướng dẫn dành cho những người có kết quả xét nghiệm COVID-19 dương tính trong 90 ngày qua và đã hồi phục cũng như không có triệu chứng
- Cập nhật hướng dẫn dành cho những người tiếp xúc gần có triệu chứng

## Giới thiệu

Nếu quý vị đã bị phơi nhiễm COVID-19 hoặc quý vị cho rằng mình đã bị phơi nhiễm, quý vị có thể giúp ngăn chặn sự lây lan của vi-rút đến những người khác trong gia đình và cộng đồng của quý vị. Vui lòng làm theo hướng dẫn bên dưới. Học sinh và nhân viên tại các trường từ Mẫu giáo đến lớp 12 nên thực hiện theo [yêu cầu dành cho Mẫu giáo đến lớp 12](#).

## Làm thế nào tôi bị nhiễm COVID-19?

Vi-rút gây bệnh COVID-19 thường dễ lây lan nhất giữa những người tiếp xúc gần với nhau (trong phạm vi 6 feet (2m) hay độ dài 2 cánh tay). Một người nhiễm bệnh có thể [lây lan vi-rút](#) qua các giọt hô hấp hoặc hạt nhỏ như những hạt trong [thuốc xịt](#) trong thời gian lây nhiễm; những người nhiễm COVID-19 có thể lây lan vi-rút cho người khác từ hai ngày trước khi họ xuất hiện các triệu chứng (hoặc 2 ngày trước ngày có kết quả xét nghiệm dương tính nếu họ không có triệu chứng) đến 10 ngày sau khi họ xuất hiện các triệu chứng (hoặc 10 ngày sau ngày có kết quả dương tính nếu họ không có triệu chứng). Người ta thường dễ bị lây nhiễm nhất từ thành viên trong gia đình hoặc thông qua tiếp xúc gần với người khác. Tiếp xúc gần thường có nghĩa là quý vị ở trong khoảng cách 6 feet (2m) với người nhiễm COVID-19 trong ít nhất từ 15 phút trở lên trong vòng 24 giờ. Một số người nhiễm COVID-19 mà không biết mình đã bị nhiễm như thế nào.

## Tham gia vào buổi phỏng vấn của sở y tế công cộng

Nếu có người mắc COVID-19 thông báo cho sở y tế công cộng biết họ có tiếp xúc gần với quý vị trong thời gian gần đây, sở y tế có thể liên lạc với quý vị qua tin nhắn hoặc gọi điện thoại. Người phỏng vấn sẽ giúp quý vị tìm hiểu những việc cần làm và các nguồn trợ giúp dành cho quý vị. Người phỏng vấn sẽ không cho quý vị biết ai đã cung cấp tên của quý vị cho họ. Nếu sau đó quý vị bị bệnh, họ sẽ yêu cầu quý vị cung cấp tên và thông tin liên lạc của những người mà quý vị đã

tiếp xúc gần trong thời gian gần đây để thông báo cho họ về việc phơi nhiễm. Họ sẽ không cho những người mà quý vị đã tiếp xúc gần biết tên của quý vị.

## Các triệu chứng nhiễm COVID-19

[Các triệu chứng](#) nhiễm COVID-19 bao gồm sốt hoặc ớn lạnh, ho, thở gấp, mệt mỏi, đau cơ hoặc đau người, đau đầu, đau họng, nghẹt mũi hoặc sổ mũi, buồn nôn hoặc ói mửa, tiêu chảy, và mới mất vị giác hoặc khứu giác. Danh sách này không bao gồm tất cả các triệu chứng có khả năng xảy ra.

## Tôi đã tiếp xúc gần với người có kết quả xét nghiệm dương tính với COVID-19 nhưng tôi không bị ốm. Tôi nên làm gì?

### Nếu quý vị chưa tiêm vắc-xin đầy đủ

Quý vị nên xét nghiệm SARS-CoV-2 (vi-rút gây bệnh COVID-19) và cách ly kiểm dịch tại nhà và tránh xa những người khác. Nếu lần xét nghiệm đầu tiên của quý vị là âm tính, quý vị nên xét nghiệm lại 5-7 ngày sau lần tiếp xúc cuối cùng với người nhiễm COVID-19 và tiếp tục cách ly. Đeo khẩu trang nếu quý vị phải ở gần những người khác trong hoặc ngoài nhà. Theo dõi các triệu chứng trong 14 ngày sau lần tiếp xúc cuối cùng, và nếu quý vị có bất kỳ [triệu chứng COVID-19](#) nào, hãy [xét nghiệm](#) (chỉ tiếng Anh) và thực hiện theo các bước trong phần [tôi đã tiếp xúc gần với một người có kết quả xét nghiệm dương tính với COVID-19 và hiện tại tôi đang bị ốm. Tôi nên làm gì?](#).

Khuyến nghị cách ly kiểm dịch mới nhất là ở trong khu vực cách ly 14 ngày sau lần tiếp xúc cuối cùng của quý vị. Một số cơ sở hoặc nhóm nhất định có nguy cơ cao **nên** lựa chọn cách ly 14 ngày:

- Những người làm việc hoặc ở trong cơ sở chăm sóc sức khỏe cấp tính hoặc dài hạn.
- Những người làm việc hoặc ở trong cơ sở cải huấn.
- Những người làm việc hoặc ở trong cơ sở trú ẩn hoặc nhà ở chuyển tiếp.
- Những người sống trong các khu nhà ở chung như ký túc xá, hội nam sinh hoặc hội nữ sinh.
- Những người làm việc trong các môi trường đông đúc, không thể thực hiện giữ khoảng cách tiếp xúc vì tính chất công việc chẳng hạn như trong nhà kho hoặc nhà máy.
- Những người làm việc trên các tàu đánh cá hoặc tàu chế biến hải sản.

Nếu điều này không khả thi, hãy thực hiện cách ly kiểm dịch trong vòng 10 ngày kể từ lần tiếp xúc cuối cùng. Nếu quý vị gặp bất kỳ triệu chứng nào của COVID-19 trong thời gian 10 ngày này, hãy thực hiện cách ly đủ 14 ngày và đi xét nghiệm. **Tiếp tục theo dõi các triệu chứng cho đến ngày thứ 14.**

Có thể kết thúc cách ly kiểm dịch sau 7 ngày kể từ lần tiếp xúc cuối cùng *nếu* quý vị không có triệu chứng và sau khi nhận được kết quả xét nghiệm âm tính (xét nghiệm không sớm hơn 48 giờ trước khi kết thúc thời gian cách ly kiểm dịch). *Điều này sẽ phụ thuộc vào tình trạng có sẵn của nguồn lực xét nghiệm.* **Tiếp tục theo dõi các triệu chứng cho đến ngày thứ 14.**

Tham khảo ý kiến của cơ quan quản lý y tế tại địa phương để xác định phương án tốt nhất cho trường hợp của quý vị.

### Nếu quý vị đã được tiêm vắc-xin đầy đủ

Mọi người được xem là đã tiêm vắc-xin đầy đủ:

- 2 tuần sau liều vắc-xin thứ hai của họ đối với các loại vắc-xin 2 liều như vắc-xin Pfizer hoặc Moderna hoặc
- 2 tuần sau khi tiêm vắc-xin đơn liều như vắc-xin Janssen của Johnson & Johnson.

Nếu chưa đủ 2 tuần kể từ khi quý vị tiêm liều cuối cùng hoặc nếu họ vẫn cần tiêm liều thứ hai thì họ CHƯA được bảo vệ đầy đủ. Tiếp tục thực hiện tất cả [các biện pháp phòng ngừa](#) cho đến khi họ được tiêm vắc-xin đầy đủ. Vắc-xin COVID-19 phải được cho phép sử dụng trong trường hợp khẩn cấp, được cấp phép hoặc được phê duyệt bởi Food and Drug Administration (FDA, Cơ Quan Quản Lý Thực Phẩm và Dược Phẩm); hoặc được đưa vào danh sách sử dụng khẩn cấp hoặc được phê duyệt bởi World Health Organization (Tổ Chức Y Tế Thế Giới).

Những người đã tiêm vắc-xin đầy đủ không cần cách ly kiểm dịch sau khi tiếp xúc gần gũi với người nhiễm COVID-19, nhưng họ nên xét nghiệm SARS-CoV-2 (vi-rút gây bệnh COVID-19) 5-7 ngày sau lần tiếp xúc cuối cùng với người nhiễm COVID-19, theo dõi các triệu chứng trong vòng 14 ngày sau lần tiếp xúc cuối cùng và đeo khẩu trang ở những nơi công cộng trong nhà cho đến khi có kết quả xét nghiệm SARS-CoV-2 âm tính hoặc trong vòng 14 ngày sau lần tiếp xúc cuối cùng nếu không xét nghiệm. Nếu quý vị xuất hiện các triệu chứng, hãy [xét nghiệm](#) (chỉ tiếng Anh) và thực hiện theo các bước trong phần [Tôi đã tiếp xúc gần với người có kết quả xét nghiệm dương tính với COVID-19 và hiện tại tôi đang bị ốm. Tôi nên làm gì?](#) Những người tiếp xúc gần đã tiêm vắc-xin đầy đủ là cư dân ở những khu vực có nguy cơ cao (như trung tâm cải huấn và cơ sở chăm sóc dài hạn) nên cách ly kiểm dịch và thực hiện theo hướng dẫn cụ thể từng khu vực của Department of Health (DOH, Sở Y Tế) hoặc khuyến nghị của cơ sở y tế có thẩm quyền tại địa phương. Local health jurisdictions (LHJ, Cơ sở y tế có thẩm quyền tại địa phương) có thể tự quyết định dựa trên những cân nhắc như kiểm soát dịch bệnh, sống tụ tập, và biện pháp phòng ngừa để nới lỏng hoặc mở rộng khuyến nghị này.

### **Nếu quý vị có kết quả xét nghiệm dương tính với COVID-19 trong 90 ngày qua và đã hồi phục trước khi tiếp xúc gần với người nhiễm COVID-19**

Nếu quý vị có kết quả xét nghiệm dương tính với COVID-19 trong 90 ngày qua và đã hồi phục trước khi tiếp xúc gần với người nhiễm COVID-19, quý vị không cần cách ly kiểm dịch, nhưng quý vị nên xét nghiệm kháng nguyên COVID-19 trong 5-7 ngày sau lần tiếp xúc cuối cùng với người nhiễm COVID-19. Quý vị nên theo dõi các triệu chứng trong vòng 14 ngày sau lần tiếp xúc cuối cùng và đeo khẩu trang ở những nơi công cộng trong nhà cho đến khi quý vị có kết quả xét nghiệm kháng nguyên SARS-CoV-2 âm tính hoặc trong vòng 14 ngày sau lần tiếp xúc cuối cùng nếu quý vị không được xét nghiệm. Nếu xuất hiện các triệu chứng, hãy tham vấn với nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe. Những người tiếp xúc gần đã hồi phục khỏi COVID-19 trong 90 ngày qua và là cư dân ở những khu vực có nguy cơ cao (như trung tâm cải huấn) nên cách ly kiểm dịch và thực hiện theo hướng dẫn cụ thể từng khu vực của DOH hoặc khuyến nghị của LHJ. Local health jurisdictions có thể tự quyết định dựa trên những cân nhắc như kiểm soát dịch bệnh, sống tụ tập, và biện pháp phòng ngừa để nới lỏng hoặc mở rộng khuyến nghị này.

### **Tôi đã tiếp xúc gần với người có kết quả xét nghiệm dương tính với COVID-19 và hiện tại tôi đang bị ốm. Tôi nên làm gì?**

Nếu quý vị bị phơi nhiễm với COVID-19 và xuất hiện [các triệu chứng](#) (thậm chí là những triệu chứng nhẹ), quý vị nên ở nhà và tránh xa những người khác, xét nghiệm SARS-CoV-2 (vi-rút gây bệnh COVID-19) bất kể tình trạng tiêm vắc-xin là gì. Liên hệ với nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe của quý vị để yêu cầu xét nghiệm. Thông báo cho họ biết rằng quý vị đã tiếp xúc với người nhiễm COVID-19 và hiện đang bị ốm. Nếu kết quả xét nghiệm kháng nguyên của quý vị là âm tính, nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe của quý vị có thể khuyến nghị xét nghiệm xác nhận. Nếu quý vị áp dụng [tự xét nghiệm](#), hãy thực hiện theo các hướng dẫn trong sản phẩm tự xét nghiệm kháng nguyên. Đeo khẩu trang nếu quý vị phải ở gần những người khác trong hoặc ngoài nhà. Những người khác bên ngoài hộ gia đình của quý vị nên đeo khẩu trang hoặc mặt nạ nếu quý vị phải ở gần họ. Nếu các triệu chứng của quý vị trở nên tệ hơn hoặc quý vị xuất hiện các triệu chứng mới, hãy tham vấn với nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe.

**Nếu một người không nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe:** Nhiều địa điểm thực hiện xét nghiệm miễn phí hoặc chi phí thấp, bất kể tình trạng nhập cư. Xem [Câu Hỏi Thường Gặp về Xét Nghiệm của Department of Health \(Sở Y Tế\)](#) (chỉ Tiếng Anh) hoặc gọi đến [Đường Dây Nóng Cung Cấp Thông Tin về COVID-19 của Tiểu Bang Washington](#) (chỉ tiếng Anh).

Kết quả xét nghiệm sau khi bắt đầu xuất hiện triệu chứng	Người tiếp xúc gần gũi được tiêm vắc-xin đầy đủ hoặc có kết quả xét nghiệm dương tính với COVID-19 và hồi phục trong vòng 90 ngày qua	Người tiếp xúc gần gũi không được tiêm vắc-xin đầy đủ
Xét nghiệm dương tính hoặc không xét nghiệm	<p>Hãy ở nhà cho đến khi:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Đã qua 10 ngày kể từ khi các triệu chứng đầu tiên xuất hiện, <b>VÀ</b></li> <li>• Quý vị không còn sốt trong vòng 24 giờ qua mà không dùng thuốc giảm sốt, <b>VÀ</b></li> <li>• <a href="#">Các triệu chứng</a> của quý vị đã cải thiện đáng kể.</li> </ul>	<p>Hãy ở nhà cho đến khi:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Đã qua 10 ngày kể từ khi các triệu chứng đầu tiên xuất hiện, <b>VÀ</b></li> <li>• Quý vị không còn sốt trong vòng 24 giờ qua mà không dùng thuốc giảm sốt, <b>VÀ</b></li> <li>• <a href="#">Các triệu chứng</a> của quý vị đã cải thiện đáng kể.</li> </ul>
Âm tính	<p>Hãy ở nhà cho đến khi:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Quý vị không còn sốt trong vòng 24 giờ qua mà không dùng thuốc giảm sốt, <b>VÀ</b></li> <li>• <a href="#">Các triệu chứng</a> của quý vị đã cải thiện đáng kể.</li> </ul> <p>Những người tiếp xúc gần là cư dân ở những khu vực có nguy cơ cao (như trung tâm cải huấn) nên cách ly kiểm dịch và thực hiện theo hướng dẫn cụ thể từng khu vực của DOH hoặc khuyến nghị của cơ sở y tế có thẩm quyền tại địa phương.</p>	<p>Tiếp tục cách ly kiểm dịch (xem phần <a href="#">Tôi đã tiếp xúc gần với người có kết quả xét nghiệm dương tính với COVID-19 nhưng tôi không bị ốm. Tôi nên làm gì?</a>).</p>

Có hướng dẫn thêm cho [những người có xét nghiệm dương tính với COVID-19](#).

### Theo dõi các triệu chứng

Yêu cầu trợ giúp y tế ngay lập tức nếu các triệu chứng của quý vị trở nên tồi tệ hơn. Trước khi quý vị được chăm sóc, hãy gọi cho nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe của quý vị và thông báo cho họ biết rằng quý vị có các triệu chứng COVID-19. Đeo khẩu trang trước khi vào cơ sở y tế để bảo vệ những người khác trong phòng chờ và phòng khám.

Nếu quý vị gặp trường hợp y tế khẩn cấp và cần gọi 911, hãy thông báo cho nhân viên điều phối về việc quý vị có các triệu chứng của COVID-19. Nếu có thể, hãy đeo khẩu trang trước khi dịch vụ y tế khẩn cấp đến nơi.

**Tôi nên làm gì để gia đình tôi và những người khác trong cộng đồng không bị nhiễm bệnh từ tôi?**

- **Ở nhà, trừ khi cần được chăm sóc y tế.**
  - Không đi làm, đi học hoặc đến các khu vực công cộng. Tránh sử dụng phương tiện giao thông công cộng, taxi hoặc đi chung xe. Nhờ người khác đi mua sắm hộ hoặc sử dụng dịch vụ giao hàng tạp hóa.
  - Gọi điện trước khi quý vị đến nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe và cho họ biết quý vị nhiễm COVID-19 hoặc đang được đánh giá xem có nhiễm COVID-19 hay không. Đeo khẩu trang trước khi quý vị bước vào tòa nhà. Những bước này sẽ giúp giữ cho mọi người trong văn phòng hoặc phòng chờ không bị bệnh.
- **Tự cách ly mình với những người khác và động vật trong nhà quý vị.**
  - Ở trong phòng riêng và tránh xa những người khác nhiều nhất có thể.
  - Sử dụng nhà vệ sinh riêng, nếu có.
  - Đeo khẩu trang vải khi quý vị ở gần những người khác. Nếu quý vị không thể đeo khẩu trang, những người khác nên đeo khẩu trang hoặc mặt nạ khi họ vào phòng của quý vị.

Khẩu trang bằng vải có thể che hoàn toàn miệng và mũi của quý vị, đồng thời vừa khít an toàn với hai bên mặt và dưới cằm. Khẩu trang phải được làm từ hai lớp vải dệt chắc chắn trở lên có dây buộc hoặc dây quai vòng qua đầu hoặc sau tai của quý vị. Những người mắc các bệnh về phát triển, hành vi hoặc bệnh lý khiến họ không thể đeo khẩu trang vải có thể sử dụng tấm che mặt có màn che.
  - Hướng dẫn từ Centers for Disease Control and Prevention (CDC, Trung Tâm Kiểm Soát và Phòng Ngừa Bệnh Tật) [khuyến nghị các chiến lược](#) để tăng độ vừa khít của khẩu trang nhằm làm chậm sự lây lan của COVID-19 hiệu quả hơn. Các khuyến nghị này bao gồm đeo khẩu trang vải bên ngoài khẩu trang phẫu thuật y tế, thắt nút dây đeo qua tai của khẩu trang phẫu thuật y tế, sử dụng vòng thắt khẩu trang hoặc sử dụng nylon che bên ngoài khẩu trang. Ngoài ra, DOH không khuyến khích sử dụng khẩu trang có van thở ra hoặc lỗ thông hơi, hoặc khăn rằn và khăn che một lớp. (Có thể sử dụng mặt nạ có van thở ra nếu sử dụng theo hướng dẫn do DOH và [L&I](#) ban hành (chỉ tiếng Anh).)
  - Hạn chế tiếp xúc với vật nuôi và các động vật khác khi bị bệnh. Hãy nhờ một thành viên khác trong gia đình quý vị chăm sóc chúng nếu có thể. Nếu quý vị phải chăm sóc vật nuôi, hãy rửa tay trước và sau khi tiếp xúc với chúng, đồng thời đeo khẩu trang, nếu có thể. Vui lòng xem [COVID-19 và Động vật](#) để biết thêm thông tin.
  - Không dùng chung các vật dụng cá nhân với người khác hoặc vật nuôi, bao gồm đĩa, ly uống nước, tách, dụng cụ ăn uống, khăn hoặc bộ đồ giường.
- Luôn **duy trì khoảng cách 6 feet (2m)** với người khác, ngay cả khi đeo khẩu trang.
- **Thường xuyên rửa tay.** Rửa tay bằng xà phòng và nước trong ít nhất 20 giây. Nếu không có xà phòng và nước, hãy sử dụng nước rửa tay khử trùng chứa ít nhất 60% cồn. Tránh đưa tay chưa rửa lên mặt.
- **Dùng giấy ăn che miệng và mũi khi ho và hắt hơi.** Vứt bỏ giấy ăn đã sử dụng và sau đó rửa tay.
- **Vệ sinh các bề mặt “hay tiếp xúc” ít nhất mỗi ngày một lần hoặc thường xuyên nếu thấy cần thiết,** bao gồm kệ bếp, mặt bàn, tay nắm cửa, đồ dùng trong nhà tắm, nhà vệ sinh, điện thoại, bàn phím, máy tính bảng và tủ đầu giường. Sử dụng bình xịt vệ sinh gia đình hoặc khăn lau và làm theo hướng dẫn trên nhãn.

## Sự khác nhau giữa cách ly và cách ly kiểm dịch là gì?

- **Cách ly** là điều quý vị cần làm nếu quý vị có các triệu chứng của COVID-19, đang chờ kết quả xét nghiệm hoặc đã có kết quả xét nghiệm dương tính với COVID-19. Cách ly có nghĩa là quý vị ở nhà và tránh xa những người khác (kể cả các thành viên trong gia đình) trong [khoảng thời gian](#) được khuyến nghị để tránh lây lan bệnh tật.
- **Cách ly kiểm dịch** là điều quý vị cần làm nếu quý vị đã bị phơi nhiễm COVID-19. Cách ly kiểm dịch có nghĩa là quý vị ở nhà và tránh xa những người khác trong [khoảng thời gian](#) được khuyến nghị trong trường hợp quý vị đã bị nhiễm và có khả năng lây nhiễm cho người khác. Cách ly kiểm dịch sẽ trở thành cách ly nếu sau đó quý vị có kết quả xét nghiệm dương tính với COVID-19 hoặc xuất hiện các triệu chứng nhiễm COVID-19.

## Thông Tin Thêm và Nguồn Trợ Giúp về COVID-19

Cập nhật [tình hình COVID-19 hiện tại ở Washington](#), [các tuyên bố của Thống Đốc Inslee](#), [các triệu chứng](#) (chỉ Tiếng Anh), [cách vi-rút lây lan](#) (chỉ Tiếng Anh), và [cách thức và thời điểm mọi người nên xét nghiệm](#) (chỉ Tiếng Anh). Hãy xem [Các Câu Hỏi Thường Gặp](#) (chỉ Tiếng Anh) của chúng tôi để biết thêm thông tin.

Chủng tộc/dân tộc hoặc quốc tịch của một người không khiến họ có nguy cơ mắc COVID-19 cao hơn. Tuy nhiên, số liệu đang cho thấy rằng các cộng đồng người da màu đang bị tác động không cân xứng từ COVID-19. Nguyên nhân là do sự ảnh hưởng của tình trạng phân biệt chủng tộc và đặc biệt là phân biệt chủng tộc có tổ chức, khiến một số nhóm người ít có cơ hội bảo vệ bản thân và cộng đồng của họ hơn. [Việc kỳ thị không giúp chống lại bệnh tật](#) (chỉ Tiếng Anh). Chỉ chia sẻ những thông tin chính xác để giúp ngăn chặn các tin đồn và thông tin sai lệch lan truyền.

- [Sở Y Tế Tiểu Bang Washington Bùng Phát Vi-rút Corona Mới 2019 \(COVID-19\)](#) (chỉ Tiếng Anh)
- [Cách Ứng Phó với Vi-rút Corona \(COVID-19\) của Tiểu Bang Washington](#)
- [Tìm Sở Y Tế Địa Phương hay tại Quận của Quý Vị](#) (chỉ Tiếng Anh)
- [CDC Vi-rút Corona \(COVID-19\)](#)
- [Các Nguồn Trợ Giúp Giảm Kỳ Thi](#) (chỉ Tiếng Anh)

**Quý vị có thêm câu hỏi về COVID-19?** Hãy gọi đến đường dây nóng của chúng tôi: **1-800-525-0127**, Thứ Hai - Thứ Sáu, 6 giờ sáng đến 10 giờ tối, Quý vị có thêm câu hỏi? Hãy gọi đến đường dây nóng cung cấp thông tin về COVID-19 của chúng tôi: 1-800-525-0127

Thứ Hai - 6 giờ sáng đến 10 giờ tối, Thứ Ba - Chủ Nhật và các ngày lễ tiểu bang, 6 giờ sáng đến 6 giờ tối. Để yêu cầu dịch vụ thông dịch, ấn phím # khi họ trả lời và nói tên ngôn ngữ của quý vị. Nếu quý vị có câu hỏi về sức khỏe của mình, xét nghiệm COVID-19 hay kết quả xét nghiệm, vui lòng liên hệ với nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe.

Để yêu cầu tài liệu này ở định dạng khác, hãy gọi 1-800-525-0127. Khách hàng khiếm thính hoặc khó nghe, vui lòng gọi 711 ([Washington Relay](#)) (chỉ Tiếng Anh) hoặc gửi email tới [civil.rights@doh.wa.gov](mailto:civil.rights@doh.wa.gov).