

## คำแนะนำชั่วคราวในการตรวจหาเชื้อ COVID-19 ด้วยตัวเอง

### สรุปการเปลี่ยนแปลง ณ วันที่ 5 ธันวาคม 2022

- เพิ่มข้อมูลเกี่ยวกับการใช้ชุดตรวจหาเชื้อด้วยตัวเองสำหรับผู้ที่มีอายุต่ำกว่า 2 ปี
- แก้ไขข้อมูลเกี่ยวกับ[สิ่งที่ต้องทำหากคุณมีผลตรวจเป็นลบ](#)

### บทนำ

การตรวจหาเชื้อเป็นวิธีการสำคัญที่ช่วยลดการแพร่กระจายของ COVID-19 การตรวจหาเชื้อมีประโยชน์ในหลายสถานการณ์ ได้แก่

- หากคุณมีอาการของ COVID-19 คุณควรตรวจหาเชื้ออย่างรวดเร็วที่สุดเท่าที่จะเร็วได้และปฏิบัติตามขั้นตอนใน[แผนผังต้นไม้อัตโนมัติเมื่อมีอาการ COVID-19](#) (มีในภาษาอื่นๆ)
- หากคุณสัมผัสผู้ที่มีเชื้อ COVID-19 คุณควรปฏิบัติตามคำแนะนำใน[ข้อควรปฏิบัติเมื่อคุณอาจสัมผัสกับผู้ติดเชื้อ COVID-19](#) (มีในภาษาอื่นๆ) รวมถึงในการตรวจหาเชื้อ
- คุณอาจตรวจล่วงหน้าก่อนที่จะทำกิจกรรม เช่น เดินทาง แม้ว่าคุณจะไม่มีอาการหรือไม่รู้ว่าได้ไปสัมผัสผู้ที่มีเชื้อ COVID-19 มา

คุณอาจตรวจกับผู้ให้บริการดูแลสุขภาพ สถานตรวจสุขภาพของรัฐ หรือใช้[ชุดตรวจคัดกรองด้วยตัวเองหรือชุดตรวจหาเชื้อด้วยตัวเอง](#) ซึ่งสามารถตรวจที่บ้านหรือที่ใดก็ได้ บางครั้งชุดตรวจหาเชื้อด้วยตัวเอง อาจเรียกว่า "ชุดตรวจที่บ้าน" "ชุดตรวจสำหรับบ้าน" หรือ "ชุดตรวจแบบหาซื้อได้ทั่วไป" คุณสามารถใช้ชุดตรวจคัดกรองด้วยตัวเองหรือชุดตรวจหาเชื้อด้วยตัวเองเพื่อตรวจการติดเชื้อในปัจจุบัน ไม่ว่าคุณมีความเสี่ยงที่จะมีเชื้อ COVID-19 ในตอนนี้หรือไม่ก็ตาม ชุดตรวจไม่แสดงผลว่าคุณเคยมีเชื้อ COVID-19 ในอดีตหรือไม่

ชุดตรวจคัดกรองด้วยตัวเองหรือชุดตรวจหาเชื้อด้วยตัวเองมีให้บริการจากการสั่งให้หรือซื้อได้ทั่วไป (โดยไม่ต้องมีใบสั่งซื้อ) ที่ร้านขายยาหรือร้านค้าทั่วไป ประกันเอกชนส่วนใหญ่[ถูกกำหนด](#) (มีแต่ภาษาอังกฤษ) ให้คุ้มครองชุดตรวจหาเชื้อด้วยตัวเอง 8 ชุดต่อเดือนสำหรับผู้ที่มีความคุ้มครอง คริวเรือนหัวรัฐมีสิทธิได้รับชุดตรวจ COVID-19 ฟรีจาก Department of Health (DOH, กรมอนามัย) ผ่านโครงการ Say Yes! COVID Test (เซย์เยส! ให้การตรวจ COVID) นี่เป็นสิ่งที่เพิ่มขึ้นมาจากโครงการใดๆ ของรัฐบาลกลาง คริวเรือนสามารถสั่งชุดตรวจได้สองครั้งต่อเดือน รวมแล้วจะได้ชุดตรวจฟรี 10 ชุดต่อเดือน สามารถสั่งชุดตรวจออนไลน์ได้ที่ [Home \(หน้าหลัก\) - Say Yes! To Covid Test \(sayyescovidhometest.org\)](#) (มีในภาษาอื่นๆ) หรือทางสายด่วน COVID-19 ของ DOH ที่ 1-800-525-0127 เป็นเรื่องสำคัญในการเตรียมและมีชุดตรวจไว้พร้อมใช้งานเมื่อถึงเวลาที่จำเป็น โดยปกติชุดตรวจจะมาถึงใน 2-4 วันหลังจากที่สั่ง ทั้งนี้ระยะเวลาอาจแตกต่างกันไปในแต่ละส่วนของรัฐ

ในเวลานี้ US Food and Drug Administration (FDA, องค์กรอาหารและยาสหรัฐ) ไม่รับรองหรืออนุมัติให้ใช้ชุดตรวจ COVID-19 ที่บ้านด้วยแอนติเจนแบบรวดเร็วกับเด็กที่อายุน้อยกว่า 2 ปี อย่างไรก็ตาม ชุดตรวจแอนติเจนแบบรวดเร็วที่บ้านอาจปลอดภัยสำหรับใช้กับเด็กที่อายุน้อยกว่า 2 ปีเพื่อประโยชน์ของการตรวจหลังการสัมผัส การแยกตัว และการตรวจอาการ แนะนำให้ผู้ปกครองหรือผู้พิทักษ์ตัดสินใจด้วยตัวเองสำหรับการตรวจเด็กที่อายุน้อยกว่า 2 ปี ด้วยชุดตรวจแอนติเจนแบบรวดเร็ว

เนื่องจาก FDA ไม่รับรองหรืออนุมัติให้ใช้ชุดตรวจ COVID-19 ที่บ้านด้วยแอนติเจนแบบรวดเร็วกับเด็กที่อายุน้อยกว่า 2 ปี โรงเรียน K-12 และสถานดูแลเด็กที่มีใบอนุญาตยกเว้น Medical Test Site (MTS, ชุดตรวจทางการแพทย์) จึงไม่ได้รับอนุญาตให้ใช้ชุดตรวจที่บ้านด้วยแอนติเจนแบบรวดเร็วกับเด็กที่อายุน้อยกว่า 2 ปี โรงเรียน K-12 และสถานดูแลเด็กอาจมอบชุดตรวจที่บ้านด้วยแอนติเจนแบบรวดเร็วให้กับผู้ปกครองหรือผู้ดูแลให้นำไปใช้เอง

## เอกสารนี้ให้คำแนะนำว่าต้องทำอะไรหลังจากที่ใช้ชุดตรวจด้วยตัวเอง

โดยหมายถึงชุดตรวจที่คุณตรวจด้วยตัวเองซึ่งไม่ได้สั่งหรือดูแลโดยผู้ให้บริการดูแลสุขภาพหรือส่งไปที่ห้องปฏิบัติการ

หากคุณใช้ชุดตรวจด้วยตัวเอง โปรดอ่านคู่มือจากผู้ผลิตโดยละเอียดก่อนจะใช้ชุดตรวจ

โปรดพูดคุยกับผู้ให้บริการดูแลสุขภาพหากคุณมีคำถามเกี่ยวกับผลที่คุณได้

โรงเรียนหรือสถานที่ทำงานอาจรับผลตรวจจากชุดตรวจด้วยตัวเองเพื่ออนุญาตให้กลับไปทำงานหรือเรียน

คุณควรปรึกษาเรื่องผลของคุณกับผู้ว่าจ้าง โรงเรียน และอื่นๆ ของคุณ เพื่อประเมินว่าคุณพร้อมที่จะกลับไปหรือยัง

รายงานผลตรวจจากการตรวจด้วยตัวเองของคุณ (ไม่ว่าเป็นลบหรือบวก) ออนไลน์ผ่าน [Say Yes! COVID Test Digital Assistant \(เครื่องมือให้คำแนะนำแบบดิจิทัล\)](#) (มีในภาษาสเปน) คุณอาจใช้อุปกรณ์นี้ในการรายงานผลตรวจด้วยตัวเองใดๆ

แม้ว่าคุณจะไม่ได้ส่งชุดตรวจมาจากโครงการ Say Yes! COVID Test

การรายงานผลตรวจด้วยตัวเองช่วยให้เราเข้าใจการระบาดของ COVID-19 ในรัฐวอชิงตัน

## หากผลตรวจเชื้อของคุณเป็นบวก

หากคุณใช้ชุดตรวจด้วยตัวเองได้ผลตรวจเป็นบวก โปรดดูที่[สิ่งที่ต้องทำเมื่อตรวจ COVID-19 ได้ผลเป็นบวก](#)

(มีในภาษาอื่นๆ) จาก DOH ของรัฐวอชิงตันซึ่งให้คำแนะนำข้อมูลโดยละเอียดสำหรับวิธีการป้องกันตัวเองและผู้อื่น

รวมถึงข้อมูลเกี่ยวกับการแยกตัวและวิธีการเข้าถึงการรักษาหากคุณมีความเสี่ยงสูงที่จะเจ็บป่วยร้ายแรง

ไม่แนะนำให้ตรวจซ้ำสำหรับผลตรวจที่เป็นบวกแล้ว

แจ้งผู้ให้บริการดูแลสุขภาพของคุณเกี่ยวกับผลตรวจที่เป็นบวกของคุณและคอยรายงานขณะที่คุณมีอาการป่วย

หากคุณมีคำถามหรือไม่สามารถติดต่อผู้ให้บริการดูแลสุขภาพได้ โทรสายด่วน WA DOH ที่ 1-800-525-0127

การบำบัดโรค COVID-19 (การรักษาและการใช้ยา) ตั้งแต่นั้นๆ

ช่วยลดความเสี่ยงของการเจ็บป่วยรุนแรงและการต้องรักษาตัวในโรงพยาบาลสำหรับผู้ที่ติดเชื้อ COVID-19

ซึ่งมีความเสี่ยงสูงต่อการเจ็บป่วยที่รุนแรงมากขึ้น ผู้ที่มีความเสี่ยงที่จะเจ็บป่วยรุนแรงได้แก่ผู้สูงอายุ (อายุ 50

ปีขึ้นไปที่มีความเสี่ยงเพิ่มขึ้นตามอายุ) ผู้ที่ยังไม่ได้รับวัคซีนหรือรับแล้วแต่ยังไม่ครบสูตร

รวมถึงเด็กและผู้ใหญ่ที่มีโรคประจำตัวบางอย่าง เช่น ระบบภูมิคุ้มกันอ่อนแอ หากคิดว่าคุณเข้าข่าย

โปรดติดต่อผู้ให้บริการดูแลสุขภาพของคุณเพื่อพิจารณาว่าคุณมีสิทธิ์ได้รับการบำบัดโรค COVID-19 (Pre-exposure

prophylaxis (PrEP, ยาป้องกันโรคก่อนได้รับเชื้อ), โมโนโคลนอลแอนติบอดี หรือยาต้านไวรัสแบบกิน) หรือไม่ **อยากรอช้า:**

**การรักษาต้องเริ่มภายในวันที่คุณเริ่มมีอาการเพื่อให้ได้ประสิทธิภาพ**

หากคุณสนใจอยากเข้าถึงแหล่งข้อมูลสุขภาพทางไกลฟรี โปรดไปที่[การดูแลสุขภาพทางไกลสำหรับการรักษา COVID-19](#)

(มีในภาษาสเปน) และปฏิบัติตามคำแนะนำเพื่อทำการนัดหมาย ไปที่[เว็บไซต์ของ DOH](#) (มีในภาษาอื่นๆ)

หากคุณหรือผู้ให้บริการสุขภาพของคุณต้องการข้อมูลเพิ่มเติมเกี่ยวกับการบำบัด COVID-19 ที่เฉพาะเจาะจง

หากคุณต้องการความช่วยเหลือในการแยกตัว เช่น อาหาร เครื่องใช้ส่วนตัว หรือสิ่งจำเป็นอื่นใด คุณสามารถโทรหาสายด่วน

WA DOH ที่ 1-800-525-0127 เพื่อรายงานผลตรวจเชื้อที่เป็นบวกของคุณและขอพูดคุยกับ Care Connect

หรือติดต่อไปยังศูนย์ [Care Connect](#) ของคุณ (มีในภาษาอื่นๆ) หากคุณต้องการความช่วยเหลือในการแยกตัว

โปรดรายงานผลตรวจเชื้อที่เป็นบวกของคุณผ่านสายด่วนเพื่อให้คุณสามารถเข้าถึงความช่วยเหลือได้โดยไม่ล่าช้า

แจ้งผู้สัมผัสใกล้ชิดของคุณว่าพวกเขาอาจสัมผัสเชื้อ COVID-19 และส่ง[ข้อควรปฏิบัติเมื่อคุณอาจสัมผัสกับผู้ติดเชื้อ](#)

[COVID-19](#) (มีในภาษาอื่นๆ) ให้กับพวกเขา การสัมผัสใกล้ชิดโดยทั่วไปหมายความว่าอยู่ในระยะ 6 ฟุต (2 เมตร)

จากผู้ที่ติดเชื้อ COVID-19 เป็นเวลาสะสมอย่างน้อย 15 นาทีหรือมากกว่าในช่วง 24 ชั่วโมง อย่างไรก็ตาม

หากคุณอยู่ในสถานการณ์ที่เพิ่มความเสี่ยงจากการสัมผัสเชื้อ เช่น อยู่ในพื้นที่ปิด พื้นที่ที่มีการระบายอากาศไม่ดี

หรือพื้นที่ที่ผู้คนกำลังทำกิจกรรม เช่น ตะโกนหรือร้องเพลง

จะมีความเสี่ยงที่จะมีการแพร่เชื้อใส่ผู้อื่นแม้ว่าพวกเขาจะอยู่ห่างจากคุณเกิน 6 ฟุต (2 เมตร) คุณสามารถแพร่ COVID-19

ได้ใน 48 ชั่วโมง (หรือ 2 วัน) ก่อนที่คุณจะแสดงอาการและแพร่ไปได้อย่างน้อย 10 วันหลังจากที่คุณมีอาการ

หากคุณไม่มีอาการแต่ตรวจ COVID-19 ได้ผลเป็นบวก คุณอาจแพร่ COVID-19 ได้ตั้งแต่ 48 ชั่วโมง (หรือ 2 วัน)

ก่อนที่คุณจะตรวจเชื้อได้ผลเป็นบวกและแพร่ไปได้อย่างน้อย 10 วันหลังจากที่คุณได้รับผลเป็นบวก

หากคุณมีระยะเวลาแยกตัวนานกว่า 10 วัน เช่น ยังมีอาการหรือยังป่วยหนักหรือมีภูมิคุ้มกันบกพร่อง

ยังถือว่าคุณสามารถแพร่เชื้อได้ไปจนถึงวันสุดท้ายของการแยกตัวของคุณ

การให้ผู้สัมผัสใกล้ชิดกับคุณทราบว่าพวกเขาอาจสัมผัสเชื้อ COVID-19 คุณกำลังช่วยปกป้องทุกคนอยู่

หากคุณใช้ [WA Notify \(ระบบแจ้งเตือนการสัมผัสเชื้อรัฐออสเตรีย\)](#) (มีในภาษาอื่นๆ) และตรวจ COVID-19 ด้วยชุดตรวจด้วยตัวเอง ได้ผลเป็นบวก คุณสามารถใช้ WA Notify เพื่อแจ้งเตือนแบบไม่เปิดเผยตัวเองให้กับผู้ใช้อื่นๆ ที่คุณอาจทำให้สัมผัสเชื้อ โดยขอรหัสยืนยันและยืนยันผลของคุณในแอป ซึ่งจะแจ้งผู้ใช้แอปที่มีความเสี่ยงสัมผัสเชื้อให้ระวังตัวเพื่อปกป้องตัวเองและคนที่อยู่รอบตัว WA Notify จะไม่เก็บหรือเผยแพร่ข้อมูลส่วนตัวหรือข้อมูลที่ใช้ในการระบุตัวตน วิธีขอรหัสยืนยัน:

1. ใช้อุปกรณ์สื่อสารพกพาของคุณ (Android หรือ iPhone) ในการสแกนรหัส QR หรือ [ขอรหัสยืนยัน](#) (มีแต่ภาษาอังกฤษ)



2. กรอกรหัสหมายเลขโทรศัพท์ของอุปกรณ์ที่คุณใช้ WA Notify และวันที่คุณตรวจ COVID-19 ได้ผลเป็นบวก
3. เลือก "Continue" (ดำเนินการต่อ)

หากคุณไม่สามารถขอรหัสยืนยันใน WA Notify ได้ คุณควรโทรติดต่อสายด่วน COVID-19 ของรัฐที่ 1-800-525-0127 แล้วกด # และแจ้งให้เจ้าหน้าที่สายด่วนทราบว่าคุณเป็นผู้ใช้ WA Notify เจ้าหน้าที่สายด่วนสามารถส่งลิงก์ยืนยันให้กับคุณได้ ซึ่งคุณสามารถใช้เพื่อแจ้งเตือนผู้ใช้ WA Notify รายอื่นว่าพวกเขาอาจมีโอกาสดำเนินการ

โปรดไปที่หัวข้อ ["วิธีแจ้งผู้อื่นหากตรวจ COVID-19 ด้วยตัวเองได้ผลเป็นลบ"](#) (มีในภาษาอื่นๆ) บน [WANotify.org](#) (มีในภาษาอื่นๆ) เพื่อรับข้อมูลเพิ่มเติม หากต้องการเรียนรู้เพิ่มเติมเกี่ยวกับ WA Notify รวมถึงวิธีเพิ่มมันลงในโทรศัพท์ของคุณ โปรดไปที่ [WANotify.org](#) (มีในภาษาอื่นๆ)

## หากตรวจแล้วได้ผลเป็นลบ

ผลตรวจที่เป็นลบหมายความว่าชุดตรวจตรวจไม่พบไวรัส SARS-CoV-2 ที่ก่อโรค COVID-19 ในตัวคุณ ณ ขณะนั้น การตรวจเป็นลบหมายถึงการตรวจซ้ำหลายครั้ง เช่น ในระยะหลายวัน การตรวจบ่อยๆ อาจทำให้คุณตรวจเจอ COVID-19 ได้ทันเวลาและช่วยลดการแพร่กระจายเชื้อ ชุดตรวจคัดกรองด้วยตัวเองมักมาพร้อมกับชุดตรวจที่สองและถูกออกแบบมาให้ใช้เป็นชุด หากตรวจด้วยตัวเองครั้งแรกได้ผลเป็นลบ คุณควรปฏิบัติตามคำแนะนำของผู้ผลิตสำหรับการตรวจเป็นชุด แนะนำโดยทั่วไปให้ตรวจอย่างสองครั้งภายในระยะเวลาสามวัน โดยเว้นระยะอย่างน้อย 24 ชั่วโมงและไม่เกิน 48 ชั่วโมงระหว่างการตรวจแต่ละครั้ง ติดต่อผู้ให้บริการดูแลสุขภาพ หากมีคำถามใดๆ เกี่ยวกับผลตรวจของคุณหรือการตรวจเป็นชุด

การตรวจ COVID-19 ด้วยแอนติเจนที่บ้านในบางครั้งอาจให้ผล "ลบที่ผิดพลาด" หมายความว่าชุดตรวจไม่พบไวรัส SARS-CoV-2 บนตัวอย่างจากก้านตรวจเชื้อทางจมูกของคุณ แนะนำให้ทำการตรวจซ้ำหากมีอาการของ COVID-19 หรือมีความเป็นไปได้สูงที่จะติดเชื้อ COVID-19 (เช่น อยู่ในพื้นที่ที่ COVID-19 มี [ระดับการติดเชื้อในชุมชนสูง](#) (มีในภาษาสเปน) หรือคุณสัมผัสกับผู้ที่ติดเชื้อ COVID-19):

- หากตรวจครั้งแรกได้ผลเป็นลบและมีอาการของ COVID-19 ตรวจซ้ำทุก 24-48 ชั่วโมงในระยะเวลาห้าวันหลังจากที่คุณเริ่มมีอาการ
- หากคุณไม่มีอาการของ COVID-19 และอาจสัมผัสเชื้อ COVID-19 ตรวจซ้ำด้วยชุดตรวจแอนติเจน 24-48 ชั่วโมงหลังจากได้ผลตรวจเป็นลบครั้งแรก หากการตรวจครั้งที่สองได้ผลเป็นลบ แต่ยังคงกังวลว่ามีเชื้อ COVID-19 คุณสามารถตรวจซ้ำ 24-48 ชั่วโมงหลังการตรวจครั้งที่สองได้ เพื่อให้ได้ผลตรวจรวมอย่างน้อย 3 ครั้ง

หากคุณมีทรัพยากรไม่พอที่จะตรวจแอนติเจนได้ 3 ครั้ง การตรวจเท่าที่คุณสามารถตรวจได้ยังเป็นที่ยอมรับได้หากเหมาะสมกับระดับความเสี่ยงที่คุณและผู้ที่อยู่รอบตัวคุณต้องเผชิญ

- หากคุณตรวจซ้ำได้ผลเป็นลบ แต่คุณยังคงกังวลว่าคุณอาจมีเชื้อ COVID-19 คุณอาจเลือกที่จะตรวจอีกครั้งด้วยชุดตรวจแอนติเจน หรือพิจารณาไปใช้การตรวจด้วยโมเลกุลที่ห้องปฏิบัติการหรือโทรหาผู้ให้บริการดูแลสุขภาพของคุณ

ดูข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่ [แผนผังการตัดสินใจตามอาการสำหรับสถานที่ที่ไม่ใช่เพื่อการดูแลสุขภาพและสาธารณะ](#) ของ DOH (มีในภาษาอื่นๆ)

หากคุณสัมผัสกับผู้ที่ติดเชื้อ COVID-19 และคุณตรวจเป็นชุดแล้วได้ผลเป็นลบ ขอให้ทำตามคำแนะนำใน [ข้อปฏิบัติหากคุณมีความเสี่ยงในการสัมผัสผู้ที่ติดเชื้อ COVID-19](#) (มีในภาษาอื่นๆ)

### หากผลตรวจของคุณใช้ไม่ได้หรือผิดพลาด

บางครั้งผลตรวจอาจไม่ชัดเจนหรือสรุปไม่ได้ และชุดตรวจไม่สามารถบอกคุณได้ว่าผลตรวจของคุณเป็นบวกหรือลบ ผลตรวจที่ใช้ไม่ได้ อาจเกิดขึ้นเพราะหลายสาเหตุ เช่น ไม่ได้เก็บตัวอย่างอย่างถูกต้อง หรือชุดตรวจคัดกรองด้วยตัวเองทำงานผิดพลาด ผลตรวจที่ใช้ไม่ได้เกิดขึ้นไม่บ่อยนักแต่ก็เกิดขึ้นได้

หากชุดตรวจด้วยตัวเองแสดงผลว่าผลตรวจไม่ถูกต้องหรือมีความผิดพลาด หมายความว่าชุดตรวจนั้นไม่ได้ทำงานตามปกติ หากเกิดกรณีนี้ขึ้น ให้ตรวจซ้ำด้วยชุดตรวจใหม่อีกครั้งหนึ่งหากมีชุดตรวจอื่นที่ใช้การได้ หากผลตรวจครั้งที่สองก็ยังใช้ไม่ได้ ให้ทำตามคำแนะนำและติดต่อผู้ผลิตเพื่อรับความช่วยเหลือ คุณยังสามารถไปตรวจกับผู้ให้บริการดูแลสุขภาพหรือ [จุดตรวจสุขภาพสาธารณะ](#) (มีในภาษาอื่นๆ)

### ข้อมูลและแหล่งข้อมูลเพิ่มเติมเกี่ยวกับโรค COVID-19

คอยติดตามข่าวปัจจุบันของ [สถานการณ์ COVID-19 ในรัฐวอชิงตัน](#) (มีแต่ภาษาอังกฤษ), [ประกาศของผู้ว่ารัฐ Inslee](#) (มีในภาษาจีน (แบบตัวย่อ), เกาหลี, รัสเซีย, สเปนและเวียดนาม – เลือกจากรายการด้านบนของเว็บไซต์), [อาการ](#) (มีในภาษาอื่นๆ – จีน (แบบตัวย่อ), เกาหลี, สเปน, เวียดนาม), [เชื้อแพร่กระจายอย่างไร](#) (มีในภาษาอื่นๆ – จีน (แบบตัวย่อ), เกาหลี, สเปน, เวียดนาม), [ทุกคนควรเข้ารับการตรวจหาเชื้ออย่างไรและเมื่อไร](#) (มีในภาษาอื่นๆ) และ [จะหาวัดขึ้นได้จากที่ไหน](#) (มีในภาษาอื่นๆ) ดูข้อมูลเพิ่มเติมได้ใน [คำถามที่พบบ่อย](#) (มีแต่ภาษาอังกฤษ)

เชื้อชาติ ชาติพันธุ์ หรือสัญชาติไม่ได้ทำให้บุคคลหนึ่งเสี่ยงต่อการติดโรค COVID-19 เพิ่มขึ้น แต่ข้อมูลเผยให้เห็นว่ากลุ่มคนผิวสีได้รับผลกระทบจากโรค COVID-19 ในอัตราสูงกว่ากลุ่มคนอื่นๆ เนื่องจากการเหยียดสีผิว และโดยเฉพาะอย่างยิ่งการเหยียดเชื้อชาติในเชิงโครงสร้าง เป็นปัจจัยที่ทำให้คนบางกลุ่มมีโอกาสน้อยลงในการปกป้องตนเองและชุมชนของพวกเขา [การกล่าวโทษบุคคลอื่นไม่ได้ช่วยต่อสู้กับโรค](#) (มีแต่ภาษาอังกฤษ) โปรดบอกต่อเฉพาะข้อมูลที่ถูกต้องเท่านั้น เพื่อป้องกันการแพร่ข่าวลือและข้อมูลผิดๆ

- [การตอบโต้ไวรัสโคโรนา \(COVID-19\) โดย WA State Department of Health](#) (มีในภาษาอื่นๆ)
- [ค้นหาแผนกหรือสำนักงานเขตที่ดูแลสุขภาพในพื้นที่ของคุณ](#) (มีแต่ภาษาอังกฤษ)
- [ไวรัสโคโรนา \(COVID-19\) โดย Centers for Disease Control and Prevention \(CDC\), ศูนย์ป้องกันและควบคุมโรค](#) (มีในภาษาอื่นๆ – จีน (แบบตัวย่อ), เกาหลี, สเปน, เวียดนาม)

**หากมีคำถามเพิ่มเติม** โทรหาสายด่วนข้อมูล COVID-19 ของเราได้ที่หมายเลข **1-800-525-0127** สายด่วนให้บริการตามเวลาดังนี้

- วันจันทร์ เวลา 6.00 น. ถึง 22.00 น.
- วันอังคารถึงวันอาทิตย์ เวลา 6.00 น. ถึง 18.00 น.
- [วันหยุดราชการ](#) (มีแต่ภาษาอังกฤษ) เวลา 6.00 น. ถึง 18.00 น.

สำหรับบริการสาม **กด #** เมื่อเจ้าหน้าที่รับสาย และ **พูดชื่อภาษาของคุณ**

หากมีข้อสงสัยเกี่ยวกับสุขภาพหรือผลการตรวจของคุณ โปรดติดต่อผู้ให้บริการดูแลสุขภาพ

หากต้องการเอกสารนี้ในรูปแบบอื่น โปรดโทร 1-800-525-0127 สำหรับบุคคลที่หูหนวกหรือมีความบกพร่องทางการได้ยิน  
โปรดโทร 711 ([Washington Relay](#)) (มีแต่ภาษาอังกฤษ) หรือส่งอีเมลไปที่ [civil.rights@doh.wa.gov](mailto:civil.rights@doh.wa.gov)