

# HƯỚNG DẪN VỀ CÚM GIA CẦM CHO CÔNG NHÂN CHĂM NUÔI GIA CẦM

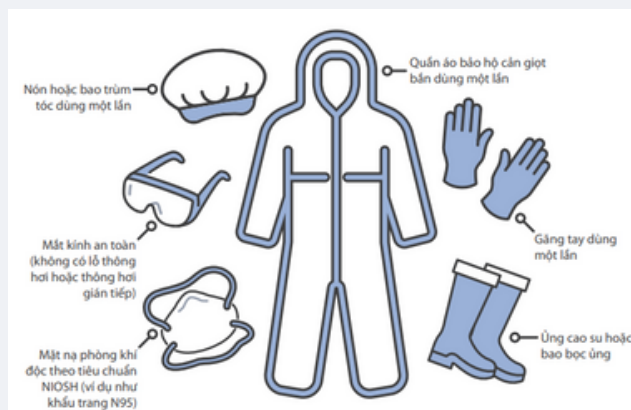


## Cúm gia cầm (H5N1) là gì?

H5N1 là một loại virus có thể gây ra căn bệnh được gọi là cúm gia cầm hoặc “cúm chim”. Mặc dù hiếm gặp, nhưng con người vẫn có thể mắc cúm gia cầm khi tiếp xúc với gia cầm hoặc động vật bị nhiễm bệnh, dịch cơ thể, phân hoặc môi trường của chúng.

## Công nhân chăm nuôi gia cầm có thể tự bảo vệ họ như thế nào:

- 1 Mặc đồ bảo hộ khi làm việc với các loài chim bị bệnh hoặc đã chết hoặc khi ở trong môi trường của chúng. Chủ lao động cần cung cấp các thiết bị bảo hộ này.



- 2 Rửa tay thường xuyên trong ngày, đặc biệt là sau khi cởi đồ bảo hộ và trước khi ăn uống.



- 3 Tắm sau mỗi ca làm việc và để lại toàn bộ quần áo cũng như thiết bị đã bị nhiễm bẩn tại nơi làm việc.



## Các triệu chứng mắc cúm gia cầm ở người có thể bao gồm:

- Sốt hoặc ớn lạnh
- Chảy nước mắt, đỏ mắt
- Tiêu chảy
- Chảy nước mũi hoặc nghẹt mũi
- Đau họng
- hoặc kích ứng mắt
- Ho
- Đau cơ hoặc đau người
- Nôn ói
- Đau đầu
- Khó thở

## Cần làm gì nếu quý vị bị phơi nhiễm hoặc cảm thấy không khỏe:

- Nếu đã tiếp xúc với chim hoặc động vật bị nhiễm virus H5N1 hoặc môi trường của chúng, quý vị nên tự theo dõi các triệu chứng trong quá trình tiếp xúc và trong 10 ngày sau khi tiếp xúc.
- Nếu bắt đầu cảm thấy không khỏe và xuất hiện các triệu chứng của cúm gia cầm, quý vị nên cách ly với những người khác và liên hệ ngay với cơ quan y tế địa phương. Quý vị có thể gọi đến số 206-418-5500 để hỏi thông tin liên hệ với cơ quan y tế địa phương.

## Để biết thêm thông tin:

Đối với các câu hỏi về cúm chim hoặc về cách xét nghiệm:

- Hãy gọi đến Washington State Department of Health (Sở Y Tế Tiểu Bang Washington) theo số 1-800-525-0127 hoặc truy cập [visit.doh.wa.gov/avian-influenza](https://visit.doh.wa.gov/avian-influenza)

Nếu có thắc mắc về động vật bị bệnh hoặc chết trong trang trại:

- Liên hệ với bác sĩ thú y của trang trại.



DOH 420-669, April 2025. Để yêu cầu tài liệu này ở các định dạng khác, hãy gọi 1-800-525-0127. Khách hàng bị khiếm thính hoặc khó nghe, vui lòng gọi 711 (Washington Relay) hoặc gửi email đến [doh.information@doh.wa.gov](mailto:doh.information@doh.wa.gov).

# NGUỒN TRỢ GIÚP VỀ SỨC KHỎE TÂM THẦN

## Nhận hỗ trợ:

Các tình huống khẩn cấp về sức khỏe động vật có thể gây căng thẳng. Nếu quý vị nhận thấy thay đổi trong cảm xúc, thái độ hoặc khả năng suy nghĩ hoặc thấy khó khăn hơn trong việc chăm sóc bản thân, gia đình hay vật nuôi, hãy cân nhắc tìm đến bạn bè, thành viên trong nhóm tôn giáo hoặc nhân viên y tế ngay lập tức. **Nếu tình huống có khả năng đe dọa tính mạng, hãy gọi 9-1-1 ngay để được hỗ trợ khẩn cấp.**

Nếu quý vị đang có triệu chứng trầm cảm, có ý định tự tử hoặc đơn giản là cần trò chuyện với ai đó, hãy gọi, nhắn tin hoặc trò chuyện trực tuyến với số 988 để kết nối với 988 Suicide & Crisis Lifeline (Đường Dây Nóng Hỗ Trợ Người Gặp Khủng Hoảng và Ngăn Ngừa Tự Tử 988). 988 Lifeline này là bảo mật, miễn phí và hoạt động 24/7/365.

## Nguồn trợ giúp khác

### Farm Aid

Farm Aid kết nối nông dân với các dịch vụ và nguồn trợ giúp hữu ích. Vui lòng điền vào mẫu đơn Yêu Cầu Hỗ Trợ trực tuyến (quét mã QR). Để được hỗ trợ, hãy gọi Đường Dây Nóng Dành Cho Nông Dân từ thứ Hai đến thứ Sáu, 9:00 sáng đến 10:00 tối theo giờ miền Đông: 1-800-FARM-AID (1-800-327-6243) hoặc gửi email đến [farmhelp@farmaid.org](mailto:farmhelp@farmaid.org).

### Western Regional Agricultural Stress Assistance Program (WRASAP):

Western Regional Agricultural Stress Assistance Program (WRASAP, Chương Trình Hỗ Trợ Căng Thẳng Nông Nghiệp Khu Vực Miền Tây) là một nhóm các tổ chức và thành viên cộng đồng tại khu vực miền Tây, chuyên cung cấp hỗ trợ, tài nguyên và cơ hội tài trợ cho cộng đồng nông nghiệp — bao gồm nông dân, chủ trang trại chăn nuôi, công nhân nông trại và gia đình họ. Để kết nối với các dịch vụ của WRASAP tại khu vực quý vị sinh sống, vui lòng điền vào mẫu đơn liên hệ (mã QR).

## BỒI THƯỜNG LAO ĐỘNG VÀ CHẾ ĐỘ NGHỈ BỆNH CÓ LƯƠNG

Người lao động có thể đủ điều kiện nhận trợ cấp bồi thường lao động nếu công việc của họ khiến họ bị phơi nhiễm với cúm gia cầm. Họ cũng có thể đủ điều kiện nhận trợ cấp nghỉ việc do phải điều trị bệnh nếu không thể làm công việc bình thường trong hơn ba ngày vì lý do sức khỏe liên quan đến công việc. Nếu người lao động tin rằng mình có thể đã nhiễm cúm gia cầm do hoạt động công việc, họ có thể nộp đơn yêu cầu bồi thường lao động để được xem xét bởi Department of Labor and Industries (Sở Lao Động và Công Nghiệp). Để biết thêm thông tin, hãy gọi 800-547-8367 (en español 360-902-5800) hoặc truy cập [LNI.wa.gov](http://LNI.wa.gov).

Ngoài các quyền lợi về bồi thường lao động, chủ lao động tại tiểu bang Washington còn bắt buộc phải cung cấp chế độ nghỉ bệnh có lương cho người lao động. Người lao động có thể sử dụng số ngày nghỉ bệnh có lương đã tích lũy để bù vào thời gian nghỉ làm do phải xét nghiệm, điều trị, chăm sóc y tế phòng ngừa và hồi phục sau khi nhiễm cúm gia cầm.

Thông tin nhanh về Đường Dây Nóng Hỗ Trợ Người Gặp Khủng Hoảng và Ngăn Ngừa Tự Tử 988



Liên hệ Farm Aid Request (Yêu Cầu Hỗ Trợ Nông Trại) để được trợ giúp



Mẫu đơn liên hệ của Western Regional Agricultural Stress Assistance Program (WRASAP, Chương Trình Hỗ Trợ Căng Thẳng Nông Nghiệp Khu Vực Miền Tây)



Thông tin về chế độ nghỉ bệnh có lương



DOH 420-669, April 2025. Để yêu cầu tài liệu này ở các định dạng khác, hãy gọi 1-800-525-0127. Khách hàng bị khiếm thính hoặc khó nghe, vui lòng gọi 711 (Washington Relay) hoặc gửi email đến [doh.information@doh.wa.gov](mailto:doh.information@doh.wa.gov).