

HƯỚNG DẪN PHÒNG NGỪA CÚM GIA CẦM CHO CHỦ NUÔI GIA CẦM TẠI SÂN VƯỜN

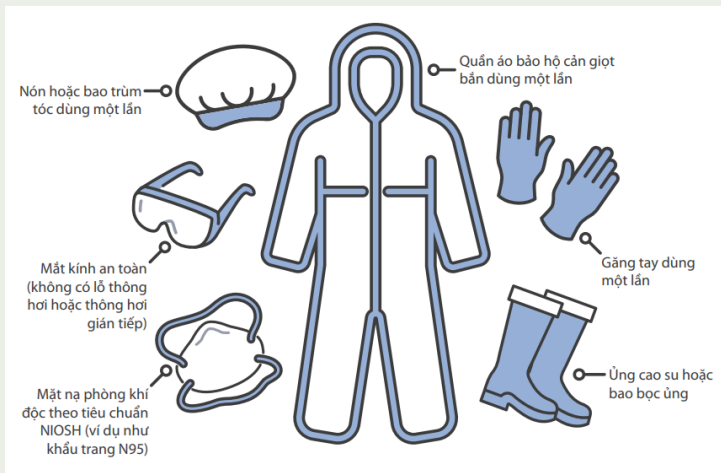


Cúm gia cầm (H5N1) là gì?

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.

Tự bảo vệ bản thân khi tiếp xúc với gia cầm bị bệnh hoặc đã chết:

- 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. Quý vị có thể mua những món đồ này trực tuyến hoặc tại nhiều cửa hàng bán lẻ, cửa hàng dụng cụ hoặc cửa hàng thức ăn chăn nuôi.



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



- 3** Để riêng giày và các vật dụng khác mà quý vị dùng để chăm sóc đàn gia cầm ở bên ngoài ngôi nhà. Cởi bỏ quần áo bị nhiễm bẩn bên ngoài và tắm rửa sau khi làm việc với chim bệnh hoặc đã chết hoặc ở trong môi trường của chúng.



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

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

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 quý vị bắt đầu cảm thấy không khỏe và xuất hiện các triệu chứng của bệnh cúm gia cầm, quý vị nên thực hiện cách ly với những người khác và liên hệ ngay tới sở y tế địa phương (quét mã QR để tìm hiểu thêm) hoặc gọi 206-418-5500.

Quét để tìm cơ quan y tế tại địa phương của quý vị



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

Nếu có thắc mắc về động vật bị bệnh hoặc chết trong trang trại: Liên hệ với bác sĩ thú y của trang trại.



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.

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.

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).



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.

**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**



**WRASAP, Chương
Trình Hỗ Trợ Căng
Thẳng Nông Nghiệp
Khu Vực Miền Tây**

