

Tej yam yuav tau ua yog tias ntxim li koj tau nphav raug qee tus neeg uas muaj kab mob COVID-19 lawm

Xaus lus txog cov kev hloov pauv Lub Plaub Hlis Ntuj Tim 20, 2022

- Kev hloov pauv fab kev siv hauj lwm txhawm rau kev txuas nkag mus rau Centers for Disease Control and Prevention (CDC, Cov Chaw Lis Hauj Lwm Tswj Hwm thiab Tiv Thaiv Kab Mob) cov lus cob qhia hais txog kev taug kev thiab Department of Health (DOH, Feem Tuav Hauj Lwm Saib Xyuas Kev Noj Qab Haus Huv) qhov cuab yeej suav xam kev cais tus kheej thiab ceev tus kheej cia.

Xaus lus txog cov kev hloov pauv thaum Lub Ib Hlis Ntuj 26, 2022

- Lus coj qhia kev ceev tus kheej cia uas kho dua tshiab kom raug raws li [CDC tsab lus coj qhia Kev Ceev Tus Kheej thiab Kev Cais Tus Kheej Cia](#) siv rau zej tsoom suav daws.
- Lus coj qhia kev ceev tus kheej cia uas kho dua tshiab rau [cov chaw uas muaj neeg sib sau nyob coob](#).

Lus Qhia

Yog tias koj tau nphav raug los sis xav tias koj tau nphav raug kab mob COVID-19 lawm, koj tuaj yeem pab pov thaiv tau qhov kev sib kis tus vais lav mus rau lwm tus neeg nyob rau hauv koj tsev thiab lub zej zog. Thov ua raws li cov lus qhia hauv qab no. Thov mus kawm paub ntxiv txog cov lus coj qhia ntxiv rau cov chaw tshwj xeeb ntawm no:

- Cov tub ntxhais kawm thiab neeg ua hauj lwm hauv cov tsev kawm ntawv K-12 tsim nyog coj raws li lub [K-12 cov cai](#)
- Cov neeg uas sam sim nyob los sis ua hauj lwm rau hauv ib qho chaw kho mob twg yuav tau ua raws li cov ntaub ntawv coj qhia los ntawm CDC [Cov Lus Coj Qhia Uas Tsim Siv Tswj Ua Ntej rau Kev Tswj Hwm Cov Neeg Nyob Rau Hauv Chaw Kho Mob uas muaj Kev Kis Tau Kab Mob SARS-CoV-2 los sis Raug Rau Kab Mob SARS-CoV-2](#) (Ua Lus Askiv xwb) thiab [CDC Cov Lus Tawm Tswv Yim Qhia Uas Tsim Los Siv Ua Ntej Rau Kev Tiv Thaiv thiab Tswj Hwm Kev Sib Kis Kab Mob Rau Cov Neeg Nyob Rau Hauv Chaw Kho Mob Nyob Rau Ncuaj Sij Hawm Muaj Kev Sib Kis Tus Kab Mob Khaus Laus Nas Vais Lav 2019 \(COVID-19\)](#) (Ua Lus Askiv xwb).
- Yog koj ua hauj lwm los sis nyob rau hauv qhov chaw ceev neeg los sis kaw neeg, cov chaw rau cov neeg tsis muaj vaj muaj tsev nyob, cov chaw nyob uas hloov pauv nyob mus los, thov ua raws li cov lus coj qhia nyob rau hauv [Cov ntaub ntawv muab kev qhia paub rau cov neeg nyob los sis ua hauj lwm hauv qee cov chaw uas muaj neeg sib sau nyob coob](#).

Lub chaw tswj xyuas kev noj qab haus huv hauv zos yuav siv raws li lawv qhov kev txiav txim, saib raws li qhov ua zoo xav xws li kev tswj kev sib kis kab mob, thiab tej cai siv los tswj pov thaiv, los so los sis nthuav dav raws li cov lus muab tswv yim qhia no.

Kuv tau nyob ze rau qee tus neeg uas kuaj pom muaj kab mob COVID-19 lawm tab sis kuv tsis muaj mob. Kuv yuav tsum ua li cas?

Koj [tsis tag](#) ceev tus kheej cia yog tias koj:

- Tau txhaj koj cov koob tshuaj tiv thaiv kab mob COVID-19 [tiav raws li sij hawm](#) lawm, suav nrog rau cov koob tshuaj txhawb thiab cov koob tshuaj txhaj ntiv, raws li hnuv nyoog thiab kev noj qab haus huv.
 - Yog koj tau txhaj tiav thawj cov koob tshuaj tiv thaiv kab mob lawm thiab tsis tau tsim nyog txais koj koob tshuaj txhawb, koj yuav tsum yog tau txais koob tshuaj kawg nkaus ntawm cov koob xub thawj yam tsawg yog 2 lim tiam ua ntej yuav nyob ze rau tus neeg muaj kab mob COVID-19 txhawm rau kom txhob tau ceev tus kheej cia.
- Kuaj tau muaj kab mob COVID-19 uas siv [kev kuaj kab mob vais lav](#) nyob rau hauv sij hawm 90 hnuv dhau los thiab twb zoo lawm.

Sij hawm koj tsis tag ceev tus kheej cia, koj yuav tsum tau siv cov kauj ruam hauv qab no:

- Mus kuaj kab mob COVID-19 yam tsawg 5 hnuv tom qab koj tau nyob sib ze rau tus neeg uas muaj kab mob COVID-19 zaum kawg nkaus. Yog tias koj kuaj tau kab mob, ua raws li cov lus coj qhia nyob rau hauv nqe lus [Yam yuav ua yog tias koj kuaj tau muaj kab mob COVID-19 lawm \(wa.gov\)](#).
 - Yog tias koj mus kuaj tau muaj kab mob COVID-19 uas siv [kev kuaj kab mob vais lav](#) nyob rau hauv sij hawm 90 hnuv dhau los thiab twb zoo lawm, uas yog siv lev kuaj antigen (tsis yog siv kev kuaj PCR) los kuaj yam tsawg 5 hnuv tom qab koj tau nyob ze rau tus neeg muaj kab mob COVID-19 zaum kawg nkaus.
- Rau daim [ntaub npog qhov ncauj qhov ntswg kom haum-zoo](#) thaum nyob rau ib ncig ntawm lwm cov neeg uas nyob rau tom tsev thiab tom tej chaw muaj zej tsoom nyob coob rau sij hawm 10 hnuv tom qab koj tau nyob ze rau tus neeg muaj kab mob COVID-19 zaum kawg nkaus; yuav tau rau ntaub npog qhov ncauj qhov ntswg txuas mus ntiv tsis hais koj yuav kuaj tsis muaj kab mob COVID-19 nyob rau hnuv 5.
- Taug xyuas cov tsos mob tshwm sim yam tsawg 10 hnuv tom qab koj tau nyob sib ze rau tus neeg uas muaj kab mob COVID-19 zaum kawg nkaus.
- Yog tias pib muaj mob lawm, [mus kuaj](#) thiab ua raws li cov kauj ruam nyob hauv nqe lus [Kuv tau nyob ze rau tus neeg uas kuaj tau muaj kab mob COVID-19 lawm thiab tam sim no kev mob. Kuv yuav tsum ua li cas?](#)

Ceev tus kheej cia [nyob rau tom tsev](#) yog tias koj:

- Cov neeg uas tsis tau txhaj tshuaj tiv thaiv kab mob los sis txhaj tsis tau tiav thawj koob tshuaj tiv thaiv kab mob COVID-19 cov koob xub thawj; LOS SIS
- Tsis tau txhaj koj cov koob tshuaj tiv thaiv kab mob COVID-19 [tiav raws li sij hawm](#) lawm, suav nrog rau cov koob tshuaj txhawb thiab cov koob tshuaj txhaj ntiv, raws li hnuv nyoog thiab kev noj qab haus huv.

Lus qhia ntiv rau kev ceev tus kheej cia nyob rau tom tsev:

- Mus kuaj kab mob COVID-19 uas siv [kev kuaj kab mob vais lav](#) yam tsawg 5 hnuv tom qab koj tau nyob sib ze rau tus neeg uas muaj kab mob COVID-19 zaum kawg nkaus. Yog tias koj kuaj tau kab mob, ua raws li cov lus coj qhia nyob rau hauv nqe lus [Yam yuav ua yog tias koj kuaj tau muaj kab mob COVID-19 lawm \(wa.gov\)](#).
- Taug xyuas cov tsos mob tshwm sim yam tsawg 10 hnuv tom qab koj tau nyob sib ze rau tus neeg muaj kab mob zaum kawg nkaus.
 - Yog tias koj muaj qee [cov tsos mob tshwm sim uas yog kab mob COVID-19](#): yuav tau cais tus kheej, [mus kuaj](#), thiab ua raws li cov kauj ruam nyob hauv nqe lus [Kuv tau nyob ze rau tus neeg uas kuaj tau muaj kab mob COVID-19 lawm thiab tam sim no kuv tab tom mob. Kuv yuav tsum ua li cas?](#)

Kuv tsim nyog yuab ceev tus kheej cia ntev npaum cas?

Yog koj [tuaj yeem](#) rau ntaub npog qhov ncauj qhov ntswg kom haum-zoo thaum nyob rau ib ncig ntawm lwm cov neeg uas nyob rau tom tsev thiab tom tej chaw muaj zej tsoom nyob coob:

Yog koj tuaj yeem rau [ntaub npog qhov ncauj qhov ntswg kom haum-zoo](#), koj tsim nyog ceev tus kheej cia tom tsev rau sij hawm **5 hnuv** tom qab zaum kawg nkaus koj tau nyob ze rau tus neeg muaj kab

mob COVID-19, dhau ntawm lawm yuav tsum tau rau ntaub npog qhov ncauj qhov ntswg kom xwm yeem thaum nyob ze lwm tus neeg tom tsev los sis hauv qhov chaw muaj zej tshoom neeg nyob coob rau sij hawm **5 hnuv ntxiv** (mus kom txog ntua rau hnuv 10). Nyob rau ncau sij hawm ceev tus kheej cia, rau nraim ntaub npog qhov ncauj qhov ntswg kom haum-zoo thaum nyob rau ib ncig ntawm lwm cov neeg uas nyob rau tom tsev, yog ua tau. Kev siv ntaub npog qhov ncauj qhov ntswg xwm yeem yog kev rau ib daim ntaub npog qhov ncauj qhov ntswg kom haum-zoo tsis hais thaum twg nrog lwm cov neeg nyob rau sab hauv tsev los sis sab nraud thiab txhob lam mus koom rau tej hauj lwm uas muaj lwm cov neeg nyob rau ncau sij hawm uas koj tsis tuaj yeem rau ntaub npog qhov ncauj qhov ntswg, xws li mus pw tsaug zog, noj mov, los sis ua luam dej. Tej zaum yuav tsis muaj kev xaiv siv ntaub npog qhov ncauj qhov ntswg (xws li, daim iav npog thaiv ntsej muag uas muaj daim ntaub txuas thaiv) los hloov rau nyob rau ncau sij hawm 5 hnuv uas yuav tau rau ntaub npog qhov ncauj qhov ntswg.

- Yog koj mus kuaj tsis muaj kab mob los sis tsis tuaj yeem kuaj tau rau yam tsawg 5 hnuv tom qab hnuv koj tau nyob ze rau tus neeg muaj kab mob COVID-19, koj tuaj yeem tawm tau ntawm qhov kev ceev tus kheej cia tsuav yog tias koj tsis muaj tsos mob tshwm sim dab tsi tiam sis yuav tsum tau rau ntaub npog qhov ncauj qhov ntswg uas haum-zoo txuas mus ntxiv thaum nyob ze rau ntawm lwm cov neeg nyob rau tom tsev thiab nyob rau hauv qhov chaw muaj zej tsoom neeg nyob coob kom txog ntua rau hnuv 10.
- Mus saib [Kev Taug Kev | CDC](#) txhawm rau muab kev paub ntxiv hais txog kev taug kev.
- Tsis txhob mus rau ntawm cov chaw uas koj tsis tuaj yeem rau tau ntaub npog qhov ncauj qhov ntswg, xws li tsev noj mov thiab qee cov tsev qoj kom ib ce muaj zog, thiab zam kev noj mov nrog lwm cov neeg nyob rau tom tsev thiab tom hauj lwm kom txog rau 10 hnuv tom qab koj tau nyob ze nrog tus neeg uas muaj kab mob COVID-19 zaum kawg nkaus.
- Yog tias ua tau, nyob kom nrug deb ntawm cov neeg uas koj nrog nyob, tshwj xeeb yog cov tib neeg uas [muaj feem xyuam siab](#) yuav muaj mob nyhav los ntawm kab mob COVID-19, thiab lwm cov neeg nyob rau sab nraud uas tsis yog cov neeg hauv tsev kom puv sij hawm 10 hnuv txwm tom qab koj tau nyob ze nrog tus neeg uas muaj kab mob COVID-19 zaum kawg nkaus.
- Nyob rau sij hawm yam tsawg 10 hnuv tom qab koj tau nyob ze nrog tus neeg uas muaj kab mob COVID-19, zam cov neeg uas [muaj kev tiv thaiv kab mob hauv lub cev tsis zoo los sis muaj kev phom sij yuav muaj kab mob nyhav](#), thiab tsis txhom mus rau cov chaw muab kev pab kho mob (suav nrog rau cov tsev tu neeg mob) thiab lwm cov chaw uas muaj kev yuav kis tau kab mob zoo.
- Cov neeg uas ua hauj lwm nyob rau hauv cov chaw muaj neeg ua hauj lwm coob uas tsis muaj chaw txaus rau kev nyob sib nrug deb yeeb vim yuav tsum tau siv ua hauj lwm (xws li, nyob rau hauv tsev khaws khoom, khw muag khoom, thiab cov chaw qhwv khoom noj khoom haus thiab nqaij) yuav tsum ceev tus kheej cia (nyob kom deb) ntawm qhov chaw ua hauj lwm rau sij hawm 10 hnuv tom qab zaum kawg nkaus uas tau nyob ze rau tus neeg muaj kab mob COVID-19, tiam sis lawv tuaj yeem ua raws li cov lus coj qhia xaiv lub ntsiab los hais uas siv rau kev ceev tus kheej cia tom tsev uas teev nyob rau saum toj no yog tias lawv tuaj yeem rau daim [ntaub npog qhov ncauj qhov ntswg haum-zoo](#).
- Cov neeg nyob rau hauv cov chaw nyob rau cov neeg ua hauj lwm nyob ua ntej yuav tsum tau ceev tus kheej cia rau sij hawm 10 hnuv tom qab lawv tau nyob sib ze rau tus neeg uas muaj kab mob COVID-19 zaum kawg nkaus.
- Cov neeg nyob los sis ua hauj lwm rau hauv cov chaw khiav lag luam nyob puas ntug hiav txwv (xws li, nkoj thauj xa khoom noj hiav txwv rau kev ua lag luam, nkoj thauj xa khoom, nkoj xa khoom hla hiav txwv) yuav tsum tau ceev tus kheej cia rau sij hawm 10 hnuv tom qab lawv tau nyob sib ze rau tus neeg uas muaj kab mob COVID-19 zaum kawg nkaus. Mus saib [CDC cov lus coj qhia](#) (Ua Lus Askiv xwb) txhawm rau muab lus qhia paub hais txog cov kev ceev tus kheej cia rau kev ua hauj lwm nyon rau hauv cov chaw ua hauj lwm no.

Yog koj [tsis tuaj yeem](#) rau ntaub npog qhov ncauj qhov ntswg kom haum-zoo thaum nyob rau ib ncig ntawm lwm cov neeg uas nyob rau tom tsev thiab tom tej chaw muaj zej tsoom nyob coob:

Yos tias koj tsis tuaj yeem rau tau daim [ntaub npog qhov ncauj qhov ntswg haum-zoo](#), yuav tsum tau ceev tus kheej cia nyob tom tsev rau sij hawm **10 hnuv** tom qab koj tau nyob sib ze rau tus neeg uas muaj kab mob COVID-19 zaum kawg nkaus. Mus saib [Kev Taug Kev | CDC](#) txhawm rau muab kev paub ntxiv hais txog kev taug kev.

Cov ntaub ntawv muab kev qhia paub rau cov neeg nyob los sis ua hauj lwm hauv qee cov chaw uas muaj neeg sib sau nyob coob:

Cov neeg nyob los sis ua hauj lwm nyob rau hauv cov chaw ceev neeg, cov chaw kaw neeg, cov chaw nyob rau cov neeg tsis muaj vaj muaj tse nyob, thiab cov vaj tse nyob hloov pauv mus los yuav tsum tau ceev tus kheej cia tsis hais tau txhaj tshuaj tov thaiv kab mob los sis koob tshuaj txhawb tag lawm los tsis tau los sis twb tau zoo los ntawm kev kis tus kab mob COVID-19 nyob rau hauv sij hawm 90 hnuv dhau los lawm los xij.

- Cov neeg nyob rau hauv cov chaw no yuav tau ceev tus kheej cia rau sij hawm 10 hnuv tom qab lawv qhov kev tau nyob sib ze rau tus neeg uas muaj kab mob COVID-19 zaum kawg nkaus, thiab lawv tsim nyog mus kuaj kab mob yam tsawg 5 hnuv tom qab lawv qhov kev tau nyob sib ze rau tus neeg uas muaj kab mob COVID-19 zaum kawg nkaus.
- Cov neeg ua hauj lwm tias sis tsis nyob rau hauv cov chaw no yuav tsum tsis txhob mus rau tom qhov chaw hauj lwm rau sij hawm 10 hnuv tom qab lawv qhov kev tau nyob sib ze rau tus neeg uas muaj kab mob COVID-19 zaum kawg nkaus, tiam sis lawv tuaj yeem ua raws li cov lus coj qhia rau kev ceev tus kheej cia tom tsev uas tau teev nyob rau saum toj no uas yog xyuas seb lawv puas tuaj yeem los sis tsis tuaj yeem rau [daim ntaub npog qhov ncauj qhov ntswg uas haum-zoo](#).

Nyob rau cov ncau sij hawm uas tsis muaj neeg ua hauj lwm tseem ceeb, cov chaw kaw neeg, cov chaw ceev neeg, cov chaw rau cov neeg tsis muaj vaj tse nyob, thiab cov vaj tse nyob uas hloov pauv nyob mus los yuav tau xyuas txo ncau sij hawm ceev tus kheej cia rau cov neeg ua hauj lwm kom muaj neeg khiav hauj lwm tau txuas mus ntxiv. Cov kev txiav txim siab rau kev txo ncau sij hawm ceev tus kheej cia nyob rau hauv cov chaw ua hauj lwm no yuav tsum sab laj nrog rau qhov chaw saib xyuas kev kho mob nyob hauv zos.

Kuv nphav tau kab mob COVID-19 li cas?

Hom kab mob vais lav uas tsim muaj kab mob COVID-19 yog kis tau los ntawm cov npuas pa tsis hais loj me, suav nrog rau cov kab mob vais lav uas tuaj yeem kis kab mob tau los ntawm cov neeg nyob ze rau tus neeg muaj kab mob, xws li cov kis tau nyob rau ncau kev sib nrug 6 feet (2 mev) thiab cov uas nyob tau rau saum huab cua thiab tuaj yeem sib kis tau deb tshaj ntawv, tshwj xeeb yog nyob rau hauv cov chaw hauv tsev uas tssis muaj huab cua tawm mus los tau zoo. Cov neeg muaj kab mob COVID-19 tuaj yeem kis tau tus vais lav mus rau lwm tus neeg nyob rau ob hnuv ua ntej lawv pib muaj cov tsos mob (los sis 2 hnuv ua ntej hnuv tim lawv mus kuaj tau paub tias muaj mob lawm yog tias lawv tsis muaj cov tsos mob li) mus txog 10 hnuv tom qab lawv muaj cov tsos mob (los sis 10 hnuv tom qab hnuv tim lawv kuaj tau paub tias muaj mob lawm yog tias lawv tsis muaj tsos mob li). Yog hais tias tus neeg muaj kab mob COVID-19 ncau sij hawm cais tus kheej ntau tshaj 10 hnuv, cov neeg ntawv tseem tuaj yeem kis tau kab mob nyob rau ncau sij hawm cais tus kheej tas.

Yog tus neeg muaj kab mob COVID-19 tau cais tus kheej sij hawm 5 hnuv dhau ntawv tseem siv ntaub npog qho ncauj qhov ntswg ntxiv 5 hnuv xwm yeem tom qab tawm ntawm kev cais tus kheej yeeb vim lawv cov tsos mob tshwm sim zoo lawm los sis tsis muaj rau hnuv 5 lawm, cov neeg nyob ze rau tus neeg mob rau hnuv 6-10 yuav tsis xam tias yog cov neeg nyob ze rau tus neeg muaj kab mob tsuav yog tus neeg mob tseem rau [daim ntaub npog qhov ncauj qhov ntswg kom haum-zoo](#). Yog tias tus neeg mob tsis rau ntaub daim ntaub npog qhov ncauj qhov ntswg haum zoo, cov neeg mus nyob ze rau tus neeg mob ntawv rau hnuv 6-10 tseem xam tias yog cov neeg nyob ze rau tus neeg mob.

Kev nyob sib ze ib li txwm lawm txhais tau tias koj tau nyob ze li 6 feet ntawm qee tus neeg uas muaj kab mob COVID-19 yam tsawg kawg 15 feeb los sis tshaj ntawd nyob rau ncau sij hawm 24 xuab moos. Qee tus neeg tau kis kab mob COVID-19 yam uas yeej tsis paub tias lawv nphav tau li cas. Yog tias muaj qee leej neeg uas muaj kab mob COVID-19 qhia rau lub chaw saib xyuas zej tsoom kev noj qab haus huv tias tsis ntev los no lawv tau nyob ze koj, tej zaum yuav tiv tauj rau koj los [koom rau qhov kev xam phaj txog kev noj qab haus huv rau zej tsoom](#).

Kuv yuav suav xam kuv ncuu sij hawm siv rau kev ceev tus kheej cia li cas?

Yog suav hnub koj mus nphav raug rau tus neeg kis kab mob COVID-19 nyob rau ncuu sij hawm lawv kis tau kab mob rau lwm tus yog xam ua hnub 0. Hnub 1 yog thawj hnub tseem kiag tom qab koj tau nyob ze rau tus neeg muaj kab mob COVID-19 zaum kawg nkaus.

Mus siab DOH lub cuab yeej [Suav Xam Kev Cais Tus Kheej thiab Kev Ceev Tus Kheej Cia](#) txhawm rau muab kev pab.

Nov yog yam yuav tau ua rau kev ceev tus kheej cia

- **Soj taug xyuas cov tsos mob tshwm sim.** Nrhiav kev pab fab kev kho mob tam sim ntawd yog tias koj cov tsos mob tshwm sim huam loj tuaj. Yog hais tias koj muaj kev kho mob xwm txheej ceev thiab yuav tsum hu rau 911, qhia rau tus neeg ua hauj lwm thauj xa tias koj muaj cov tsos mob tshwm sim uas yog kab mob COVID-19. Yog hais tias ua tau, rau lub looj ntsej muag ua ntej cov kev pab cuam kev kho mob xwm txheej ceev tuaj txog.
- **Faib tus kheej tawm ntawm lwm cov neeg,** uas yog cov tswv cuab thiab tsiaj yug hauv cuab yim neeg, kom ntau li ua tau. Nyob hauv chav sib cais tawm thiab siv chav dej sib cais, yog tias ua tau. Yog tias koj yuav tsum tau saib xyuas ib tug tswv cuab hauv tsev neeg los sis ib tug tsiaj, coj lub looj ntsej muag thiab ntxuav koj ob txhais tes ua ntej thiab tom qab koj kov cov lawv tag. Muaj ntaub ntawv muab kev qhia paub ntxiv hais txog [Kab Mob COVID-19 thiab Cov Tsiaj Txhu](#) nyob rau ntawm lub vas sab uas tau txuas rau.
- **Rau ib [daim ntaub npog qhov ncauj qhov ntswg kom haum-zoo](#)** thaum koj nyob ib puag ncig ntawm lwm cov neeg thiab ua ntej koj nkag mus rau hauv tus kws pab saib xyuas kev noj qab haus huv lub chaw ua hauj lwm. Yog tias koj tsis tuaj yeem rau daim ntaub npog qhov ncauj qhov ntswg uas haum-zoo, cov tib neeg nyob rau hauv koj tsev tsis tsim nyog nyob tib chav nrog koj lawm, los sis lawv tsim nyog rau daim ntaub npog qhov ncauj qhov ntswg kom haum-zoo los sis lub cuab yeej pab ua pa yog tias lawv yuav tsum tau nkag los rau hauv koj chav.
- **Siv cov kauj ruam los mus [txhim kho kev tso cua nkag mus los nyob rau tom tsev](#),** yog hais tias ua tau.
- **Tsis txhob koom siv cov khoom ntiag tug nrog rau leej twg li,** suav nrog cov tais, cov khob iav haus dej, cov khob, cov khoom siv noj haus, cov phuam da dej, los sis pam pua chaw nrog rau cov neeg los sis cov tsiaj nyob rau hauv koj tsev.

Koom nrog qhov kev xam phaj nyob rau hauv chaw saib xyuas zej tsoom kev noj qab haus huv

Yog tias muaj qee leej neeg uas muaj kab mob COVID-19 qhia rau lub chaw saib xyuas zej tsoom kev noj qab haus huv tias tsis ntev los no lawv tau nyob ze koj, tej zaum yuav hnub sau ntawv los sis hu xov tooj tuaj rau koj. Tus neeg xam phaj yuav pab koj kom nkag siab txog tej yam uas yuav tau ua thiab tej yam kev pab txhawb uas muaj. Tus neeg xam phaj yuav tsis qhia koj tias leeg twg yog tus tau muab koj lub npe rau lawv.

Kuv tau nyob ze rau tus neeg uas kuaj tau muaj kab mob COVID-19 lawm thiab tam sim no kuv tab tom mob. Kuv tsim nyog yuav ua li cas?

Yog ntias koj nphav tau kab mob COVID-19 thiab pib muaj [cov tsos mob tshwm sim](#) (tab txawm mob me xwb los xij), koj tsim nyog nyob tsev thiab nyob kom deb lwm tus neeg thiab mus kuaj kab mob COVID-19 uas yog siv [kev kuaj kab mob vais lav](#), tsis hais twb txhaj tshuaj tiv thaiv kav mob tag lawm los tsis tau. Tiv tauj rau koj tus kws pab saib xyuas kev noj qab haus huv rau qhov kev kuaj kab mob. Qhia lawv tias koj tau nphav raug qee tus neeg uas muaj kab mob COVID-19 lawm thiab tam sim no muaj mob lawm.

- Yog tias koj kuaj tsis pom muaj kab mob los ntawm kev siv kev kuaj antigen, koj tus kws pab kho mob yuav muab lus pom zoo rau qhov kev kuaj kab mob no.
- Yog tias koj siv qhov [cuab yeej kuaj kab mob los ntawm tus kheej](#) (Ua Lus Askiv xwb), yuav tau ua raws cov lus qhia nyob ntawm qhov khoom kuaj kab mob antigen uas yus ua yus.

Rau [daim ntaub npog qhov ncauj qhov ntswg uas haum-zoo](#) yog koj yuav tsum nyob ze rau lwm cov neeg nyob sab hauv los sis sab nrauv ntawm koj tsev neeg. Lwm tus neeg nyob sab nrauv ntawm koj

tsev neeg tsim nyog rau ntaub npog qhov ncauj qhov ntswg los sis siv lub cuab yeej pab ua pa yog tias koj yuav tsum nyob ib ncig lawv. Yog tias koj cov tsos mob heev zuj zus tuaj, sab laj nrog tus kws saib xyuas kev noj qab haus huv.

Yog tias qee leej neeg tsis muaj tus kws pab saib xyuas kev noj qab haus huv: Muaj ntau qhov chaw uas ua kev kab mob pub dawb los sis tus nqi qis, yam tsis quav ntsej txog qib kev nkag teb chaws. Saib [Department of Health Cov Lus Nug Uas Nquag Nug Txog Kev Kuaj Kab Mob](#) los sis hu rau [WA State Tus Xov Tooj Hu Thov Kev Pab Tau Ceev Uas Muab Kev Paub Txog Kab Mob COVID-19](#).

Yog hais tias koj yog ib tug nyob ze rau tus neeg muaj kab mob thiab muaj cov tsos mob tshwm sim, mus kuaj thiab ua raws li cov lus coj qhia uas haum rau:

<p>Qhov kev kuaj tau los tom qab pib muaj cov tsos mob</p>	<p>Kev nyob sib ze yog:</p> <ul style="list-style-type: none"> Tau txhaj cov koob tshuaj tiv thaiv kab mob COVID-19 tiav raws li sij hawm lawm, suav nrog rau cov koob tshuaj txhawb thiab cov koob tshuaj txhaj ntxiv, raws li hnuv nyoog thiab kev noj qab haus huv. Kuaj tau muaj kab mob COVID-19 uas siv kev kuaj kab mob vais lav nyob rau hauv sij hawm 90 hnuv dhau los thiab twb zoo lawm. 	<p>Kev nyob sib ze yog:</p> <ul style="list-style-type: none"> Tsis tau txhaj tshuaj tiv thaiv kab mob los sis txhaj tsis tau tiav thawj cov koob tshuaj tiv thaiv kab mob. Tsis tau txhaj cov koob tshuaj tiv thaiv kab mob COVID-19 tiav raws li sij hawm, suav nrog rau cov koob tshuaj txhawb thiab cov koob tshuaj txhaj ntxiv, raws li hnuv nyoog thiab kev noj qab haus huv.
<p>Kuaj tau muaj kab mob lawm los sis tsis tau kuaj</p>	<p>Ua raws li cov lus coj qhia nyob rau hauv nqe lus Yam yuav ua yog tias koj kuaj tau muaj kab mob COVID-19 lawm (wa.gov). Yog tias koj tsis tau kuaj kab mob, ua raws li tib cov lus coj qhia siv rau kev cais tus kheej thiab kev siv ntaub npov qhov ncauj qhov ntswg thaum cov neeg kuaj tau kab mob.</p>	<p>Ua raws li cov lus coj qhia nyob rau hauv nqe lus Yam yuav ua yog tias koj kuaj tau muaj kab mob COVID-19 lawm (wa.gov). Yog tias koj tsis tau kuaj kab mob, ua raws li tib cov lus coj qhia siv rau kev cais tus kheej thiab kev siv ntaub npov qhov ncauj qhov ntswg thaum cov neeg kuaj tau kab mob.</p>
<p>Tsis muaj mob</p>	<p>Nyob tsev kom txog thaum:</p> <ul style="list-style-type: none"> Koj tsis ua npaws lawm nyob rau 24 xuab moos dhau los yam tsis tas noj tshuaj zoo ua npaws lawm, THIAB Koj cov tsos mob tshwm sim twb zoo kias lawm. <p>Siv mus ntxiv cov lus coj qhia saum toj no hais txog kev rau ntaub npog qhov ncauj qhov ntswg, kev kuaj kab mob, thiab kev ceev tus kheej cia yog tias koj nyob los sis ua hauj lwm rau hauv qhov chaw uas muaj neeg sib sau nyob coob (mus saib nqe lus Kuv tau nyob ze tus neeg uas kuaj tau muaj kab mob COVID-19 lawm tab sis kuv tsis muaj mob. Tshooj lus Kuv yuav tsum ua li cas?).</p>	<p>Cais tus kheej mus ntxiv (mus saib nqe lus Kuv tau nyob ze tus neeg uas kuaj tau muaj kab mob COVID-19 lawm tab sis kuv tsis muaj mob. Tshooj lus Kuv yuav tsum ua li cas?).</p>

Dab tsi yog qhov sib txawv ncuu ntawm kev cais tus kheej thiab kev ceev tus kheej tseg?

- Kev cais tus kheej** yog tej yam uas koj ua yog tias koj muaj cov tsos mob tshwm sim uas yog kab mob COVID-19, uas tab tom tos cov kev kuaj tau los, los sis tau kuaj pom muaj kab mob COVID-19 lawm. Kev cais tus kheej yog koj nyob twj ywm ntawm tsev thiab nyob nrug deb lwm cov neeg (suav nrog cov neeg hauv tsev neeg) rau ib [ncua sij hawm](#) (Ua Lus Askiv xwb) xav kom cais tus kheej txhawm rau zam kev sib kis mob.
- Kev ceev tus kheej tseg** yog tej yam koj ua yog tias koj tau nphav raug kab mob COVID-19. Kev ceev tus kheej cia yog thaum koj nyob twj ywm ntawm tsev thiab nyob nrug deb lwm cov neeg rau ib [ncua sij hawm](#) (Ua Lus Askiv xwb) xav kom ceev rau thaum koj tau kis kab mob thiab

tau kis tau rau lwm tus. Kev ceev tus kheej cia yuav dhau mus ua kev cais tus kheej yog tias koj mus kuaj tau muaj kab mob COVID-19 tom qab los sis muaj cov tsos mob tshwm sim ntawm kab mob COVID-19.

Lus Qhia thiab Cov Chaw Muaj Ntaub Ntawv Ntxiv Hais Txog Tus Kab Mob COVID-19

Kom tau txais lus qhia-tshiab-tshiab hais txog [xwm txheej kab mob COVID-19 tam sim no nyob hauv Xeev Vos Sees Tas](#), [Thawj Tswj Xeev Inslee cov ntawv tshaj tawm](#) (Ua Lus Askiv xwb), [cov tsos mob tshwm sim](#) (Ua Lus Askiv xwb), [txoj hauv kev nws sib kis](#) (Lus Askiv xwb), thiab [txoj hauv kev thiab thaum twg tib neeg tsim nyog mus kuaj kab mob](#) (Ua Lus Askiv xwb). Mus saib peb [Cov Lus Nug Uas Nquag Nug](#) (Ua Lus Askiv xwb) txhawm rau muab lus qhia paub ntxiv.

Cov haiv neeg/tsav neeg los sis xam xaj ntawm tib neeg, nws tus kheej, tsis lam yuav ua rau muaj kev pheej hmoo siab dua txog kab mob COVID-19. Txawm li cas los xij, cov ntaub ntawv teev qhia tau tias cov zej zos uas muaj ntau tsob neeg nyob sam sim ntsib kev cuam tshuam los ntawm tus kab mob COVID-19 yam tsis sib luag- qhov no vim los ntawm kev sib cais haiv neeg, thiab tseem ceeb yog kev sib ntxub txog haiv neeg uas ua rau muaj qee cov pab pawg neeg muaj hauv kev tsawg dua los pov thaiv lawv tus kheej thiab lawv cov zej zog. [Kev ntxub ntxaug yuav tsis pab tawm tsam qhov kab mob](#) (Ua Lus Askiv xwb). Qhia tej ntaub ntawv muaj tseeb rau lwm tus kom pab tswj tau tej kev xyav thiab tej ntaub ntawv tsis muaj tseeb los ntawm kev sib kis kab mob.

- [WA State Department of Health 2019 Cov Ntaub Ntawv Qhia Txog Kab Mob Khaus Laus Nas Vais Lav Sib Kis \(COVID-19\)](#)
- [WA Sate Qhov Kev Saib Xyuas Kab Mob Khaus Laus Nas Vais Lav-19 \(COVID-19\)](#)
- [Nrhiav Koj Lub Chaw Ua Hauj Lwm Saib Xyuas Kev Noj Qab Haus Huv Hauv Zos los sis Hauv Cheeb Tsam](#) (Ua Lus Askiv xwb)
- [CDC Qhov Chaw Qhia Paub Txog Kab Mob Khaus Laus Nas Vais Lav \(COVID-19\)](#) (Lus Askiv xwb)
- [Qhov Chaw Pab Rau Txo Kev Ntxub Ntxaug Cov Chaw Muab Ntaub Ntawv Qhia Paub](#) (Ua Lus Askiv xwb)

Puas muaj cov lus nug ntxiv? Hu rau peb tus xov tooj qhia ceev txog kab mob COVID-19: **1-800-525-0127**

Hnub Monday 6 teev sawv ntxov txog 10 teev tsaus ntuj, hnub Tuesday Sunday thiab [cov hnub so ntawm lub xeev uas tab tom taug xyuas kab mob](#), 6 teev sawv ntxov txog 6 teev tsaus ntuj. Rau cov kev pab cuam txhais lus, **nias rau #** thaum lawv teb xov tooj thiab **hais kom hom lus**. Rau cov lus nug txog ntawm koj tus kheej li kev noj qab haus huv, kev kuaj tus kab mob COVID-19, los sis cov tshwm sim tau los ntawm kev kuaj, thov txuas lus nrog koj tus kws pab saib xyuas kev noj qab haus huv.

Xav thov cov ntaub ntawv no sau ua lwm tus qauv ntawv, hu rau 1-800-525-0127. Cov neeg thov kev pab uas tsis hnov lus los sis hnov lus tsis zoo, thov hu rau 711 ([Washington Relay](#)) los sis sau email rau civil.rights@doh.wa.gov.