Alameda County Health Care Services Agency
Public Health Department
www.acphd.org

Colleen Chawla, Director
Kimi Watkins-Tartt, Director
Nicholas Moss, MD, Interim Health Officer

Public Health Department: Main Line (510) 267-8000

COVID-19 Information: (510) 268-2101

សារអំពីឧក្រិដ្ឋកម្មស្អប់ប្រឆាំងនឹងជនជាតិអាស៊ី

ដោយសារជំងឺរាតត្បាតកូវីដ 19 មានការកើនឡើងគួរឱ្យកត់សម្គាល់នូវស្លាកស្នាម និងឧក្រិដ្ឋកម្មស្អប់មកលើសហគមន៍អាស៊ី និងជនជាតិអាមេរិកដើមនៅខោនធី Alameda និងនៅទូទាំងប្រទេស។ ស្លាកស្នាមដែលកើតឡើងរួមមាន ការរើសអើងជាទូទៅចំពោះក្រុមមនុស្សដោយផ្អែកលើព័ត៌មានមិនត្រឹមត្រូវ ផ្នត់គំនិត ឬជំនឿមិនត្រឹមត្រូវ។ ឧក្រិដ្ឋកម្មស្អប់គឺជាសកម្មភាពឧក្រិដ្ឋដែលប៉ុនប៉ង ឬបានប្រព្រឹត្តដោយសារតែជនរងគ្រោះត្រូវបានចាត់ទុកជាសមាជិកនៃក្រុមណាមួយ ដែលរួមមាន ពូជសាសន៍ ជាតិពិន្ទុ សញ្ជាតិ ភេទ សាសនា ទំនោរផ្លូវភេទ ឬពិការភាព។ បទល្មើសទាំងនេះរួមមាន ការធ្វើបាបលើរូបរាងកាយ ការគំរាមកំហែងតាមទូរស័ព្ទ និងការធ្វើឱ្យខូចខាតដល់ទ្រព្យសម្បត្តិផ្ទាល់ខ្លួន។ ឧក្រិដ្ឋកម្មស្អប់ត្រូវបានកំណត់ឱ្យជាប់ទោសជាប់ពន្ធនាគារក្នុងខោនធីរហូតដល់រយៈពេលមួយឆ្នាំ ហើយបទឧក្រិដ្ឋធ្ងន់ធ្ងរពាក់ព័ន្ធនឹងឧក្រិដ្ឋកម្មស្អប់អាចជាប់ទោសធ្ងន់ធ្ងរជាងនេះ។

ទីភ្នាក់ងារសេវាថែទាំសុខភាពខោនធី Alameda មានគោលជំហរប្រឆាំងចំពោះរាល់ទម្រង់នៃការស្អប់ និងការរើសអើង។ ក្នុងស្ថានភាពនៃជំងឺរាតត្បាតនេះ យើងទាំងអស់គ្នាត្រូវចូលរួមស្វែងយល់អំពីជំងឺកូវីដ 19 ដើម្បីការពារខ្លួនយើង និងសហគមន៍របស់យើងទាំងមូល។ សូមចូលរួមជាមួយយើងនៅក្នុងការប្រឆាំងនឹងការរើសអើង និងឧក្រិដ្ឋកម្មស្អប់ដែលកំណត់គោលដៅមកលើអ្នកជិតខាងជនជាតិអាស៊ី និងជនជាតិអាមេរិកាំងដើមកំណើតអាស៊ីរបស់យើង។

សូមចាំថា៖

គ្មានបុគ្គល ឬក្រុមណាមួយងាយនឹងឆ្លង ឬចម្លងជំងឺកូវីដ 19 ជាងបុគ្គល ឬក្រុមណាមួយផ្សេងទៀតឡើយ។

វិធីល្អបំផុតក្នុងការបញ្ចៀសការឆ្លងជំងឺគឺ៖

- ស្ថិតនៅចម្ងាយយ៉ាងតិចប្រាំមួយហ្វីតពីបុគ្គលដែលមិនមែនជាសមាជិករស់នៅក្នុងផ្ទះរបស់អ្នក
- ពាក់របាំងមុខក្រណាត់នៅពេលស្ថិតនៅកន្លែងសាធារណៈ
- លាងដៃឱ្យបានញឹកញាប់រយៈពេលយ៉ាងតិច 20 វិនាទី
- លាងសម្អាត និងសម្លាប់មេរោគនៅលើផ្ទៃដែលមានការប៉ះពាល់ជាញឹកញាប់ (ដូចជា ដៃទ្វារ ទូរស័ព្ទដៃ។ល។)

អនុសាសន៍ផ្សេងទៀតសម្រាប់ជៀសវាងជំងឺមាននៅលើវេបសាយត៍៖
http://www.acphd.org/media/591432/covid-19-prevention-tips-qa.pdf

ប្រសិនបើអ្នកជាជនរងគ្រោះនៃឧក្រិដ្ឋកម្មស្អប់ សូមទាក់ទងទៅផ្នែកឧក្រិដ្ឋកម្មស្អប់របស់ខោនធី Alameda តាមរយៈលេខ 510-208-4824 ដោយមានសារជាភាសាអង់គ្លេស អេស្ប៉ាញ, Farsi, Mandarin, Cantonese និង Tagalog។