

COVID-19 and the Flu

Những thông tin cần biết về COVID-19 và bệnh cúm



Các triệu chứng COVID-19 và bệnh cúm có thể giống nhau. Nếu quý vị đang gặp bất kỳ dấu hiệu nào cần cấp cứu, chẳng hạn như khó thở, môi và mặt tái mét, đau hoặc tức ngực dai dẳng, bắt đầu xuất hiện triệu chứng lẫn lộn hoặc không thể thức giấc/giữ tinh táo, hãy tìm nơi chữa trị khẩn cấp ngay.

Bệnh cúm.	COVID-19
Sốt	Sốt hoặc lạnh run
Ho	Ho
Đau họng	Đau họng
Sổ mũi hoặc nghẹt mũi	Sổ mũi hoặc nghẹt mũi
Nhức mỏi người hoặc cơ bắp	Nhức mỏi người hoặc cơ bắp
Đau đầu	Đau đầu
Mệt mỏi	Mệt mỏi
	Thở dốc hoặc khó thở
	Xuất hiện tình trạng mất khứu giác hoặc vị giác
	Buồn nôn hoặc ói mửa
	Tiêu chảy

COVID-19 và bệnh cúm là do nhiều loại vi-rút gây ra, tuy nhiên cách thức lây lan lại giống nhau. Những cách tốt nhất để ngừa bệnh cho bản thân là:

- Đi chích ngừa cúm ngay bây giờ. Tất cả mọi người từ 6 tháng tuổi trở lên nên đi chích ngừa cúm.
- Đeo khẩu trang và giữ khoảng cách 6 feet với những người không phải là thành viên trong hộ gia đình quý vị. Hạn chế tiếp xúc với những người không sống chung với quý vị.
- Rửa tay thường xuyên.

Nếu quý vị mắc bệnh cúm:

- Ở nhà và tránh tiếp xúc với những người khác trong ít nhất 7 ngày sau khi bệnh khởi phát **HOẶC**
- Đã hết sốt hoặc các triệu chứng hô hấp trong ít nhất 24 giờ, khoảng thời gian nào lâu hơn sẽ áp dụng.

Nếu quý vị có kết quả xét nghiệm dương tính với COVID-19 VÀ có triệu chứng:

- Ở nhà cho đến khi ít nhất 10 ngày đã trôi qua kể từ khi các triệu chứng xuất hiện **VÀ**
- Đã ít nhất 24 giờ trôi qua kể từ khi quý vị hết sốt mà không cần dùng thuốc hạ sốt **VÀ**
- Các triệu chứng khác đã khá hơn.

Nếu quý vị có kết quả xét nghiệm dương tính với COVID-19 VÀ KHÔNG có triệu chứng:

- Ở nhà cho đến khi 10 ngày đã trôi qua kể từ khi quý vị có kết quả xét nghiệm dương tính.



Alameda County
Health Care Services Agency



Alameda County Public Health Department
Celebrating Healthy People in Healthy Communities

Colleen Chawla – Giám Đốc Cơ Quan
Kimi Watkins-Tartt - Giám Đốc
Bác sĩ Nicholas Moss – Viên Chức Y Tế Tạm Thời

Liên Lạc
Sở Y Tế Cộng Đồng:
(510) 267-8000 Đường dây
chính

Thông Tin về COVID-19:
(510) 268-2101

www.acphd.org

Phiên bản: 11/12/2020