សំណួរសួរញឹកញាប់

តើខ្ញុំត្រូវធ្វើចត្តាឡីស័ករយៈពេលប៉ុន្មាន?

តើអ្វីទៅជាការធ្វើចត្តាឡីស័ក?

ចត្តាឡីស័កជាការរៀបចំបុគ្គលណាម្នាក់ដែលអាចប៉ះពាល់ជាមួយវីរុស SARS-CoV-2 ដែលបង្កឱ្យមានជំងឺ COVID-19 ឱ្យនៅឆ្ងាយពីអ្នកដទៃ។

ធ្វើចត្តាឡីស័ក	• អ្នកមិនបានចាក់វ៉ាក់សាំង **ឬ** • អ្នកដែលបានចាក់វ៉ាក់សាំង និងអ្នកដែលមានសិទ្ធិចាក់ដូសជំរុញ តែ**មិន**ទាន់បានចាក់ដូសជំរុញ	• **ស្នាក់នៅផ្ទះ**រយៈពេយ៉ាងតិច 5 ថ្ងៃ បន្ទាប់ពីអ្នកបានប៉ះពាល់ជាលើកចុងក្រោយជាមួយបុគ្គលមានជំងឺ COVID-19។ • ចត្តាឡីស័កអាចបញ្ចប់នៅបន្ទាប់ពីថ្ងៃទី 5 ប្រសិនបើអ្នកនៅតែពុំមានរោគសញ្ញា **ហើយ** មានលទ្ធផលតេស្តអវិជ្ជមាននៅថ្ងៃទី 5 ឬថ្ងៃក្រោយៗមកទៀត។ ➢ ប្រសិនបើលទ្ធផលតេស្ត**វិជ្ជមាន** ត្រូវអនុវត្តតាមការណែនាំស្ដីពីការដាក់ខ្លួននៅដាច់ដោយឡែក។ • ប្រសិនបើមិនអាចធ្វើតេស្ត ឬមិនជ្រើសរើសធ្វើតេស្ត គួរធ្វើចត្តាឡីស័កឱ្យដល់ថ្ងៃទី 10។ • ត្រូវពាក់ម៉ាសពេលនៅក្បែរអ្នកដទៃឱ្យគ្រប់ 10 ថ្ងៃ ជាពិសេសពេលស្ថិតនៅកន្លែងបិទជិត។ • ប្រសិនបើអ្នកមានរោគសញ្ញា ត្រូវស្នាក់នៅផ្ទះ និងធ្វើតេស្ត ប្រសិនបើអាច។ ប្រសិនបើអ្នកមិនអាចធ្វើតេស្ត ឬមានលទ្ធផលតេស្តវិជ្ជមាន ត្រូវអនុវត្តតាមការណែនាំស្ដីពីការដាក់ខ្លួននៅដាច់ដោយឡែក។
មិនធ្វើចត្តាឡីស័ក	• បានចាក់ដូសជំរុញ **ឬ** • បានចាក់វ៉ាក់សាំង ប៉ុន្តែពុំមានសិទ្ធិចាក់ដូសជំរុញ	• ធ្វើតេស្តនៅថ្ងៃទី 5។ ➢ ប្រសិនបើលទ្ធផលតេស្តវិជ្ជមាន ត្រូវអនុវត្តតាមការណែនាំស្ដីពីការដាក់ខ្លួននៅដាច់ដោយឡែក។ • ត្រូវពាក់ម៉ាសជិតល្អពេលនៅក្បែរអ្នកដទៃរយៈពេល 10 ថ្ងៃ ជាពិសេសពេលស្ថិតនៅកន្លែងបិទជិត(សម្រាប់ព័ត៌មានបន្ថែម សូមមើលការណែនាំអំពីការពាក់ម៉ាសខាងក្រោម)។ • ប្រសិនបើអ្នកមានរោគសញ្ញា ត្រូវស្នាក់នៅផ្ទះ និងធ្វើតេស្ត ប្រសិនបើអាច។ ប្រសិនបើអ្នកមិនអាចធ្វើតេស្ត ឬមានលទ្ធផលតេស្តវិជ្ជមាន ត្រូវអនុវត្តតាមការណែនាំស្ដីពីការដាក់ខ្លួននៅដាច់ដោយឡែក។

****កន្លែងធ្វើការ** (មិនអនុវត្តចំពោះបុគ្គលិកថែទាំសុខភាព)៖ បុគ្គលិកដែលបានចាក់វ៉ាក់សាំង និងមានសិទ្ធិចាក់ដូសជំរុញ ប៉ុន្តែមិនទាន់ចាក់ដូសជំរុញ អាចត្រឡប់មកធ្វើការវិញ ប្រសិនបើគ្មានរោគសញ្ញា និង៖

- ទទួលបានលទ្ធផលតេស្តរោគវិនិច្ឆ័យ**អវិជ្ជមាន**នៅក្នុងរយៈពេល 3-5 ថ្ងៃ បន្ទាប់ពីប៉ះពាល់ជាលើកចុងក្រោយជាមួយអ្នកដែលមានជំងឺ COVID-19។

*សូមមើលតំណភ្ជាប់នេះសម្រាប់ការកំណត់សិទ្ធិទទួលបានដូសជំរុញ៖*www.bit.ly/Vx-Eligible

សម្គាល់៖

គោលការណ៍ណែនាំខាងលើឆ្លុះបញ្ចាំងអំពីការណែនាំថ្មីៗបំផុតរបស់ CDC និង CDPH (នាយកដ្ឋានសុខភាពសាធារណៈខោនធី Alameda)។ គោលការណ៍ណែនាំនេះផ្តល់ជូនអ្នកទៅតាមជម្រើស ទោះបីជាហានីយនៃការចម្លងអាចកើតឡើងនៅក្នុងរយៈពេល 5 ថ្ងៃចុងក្រោយក៏ដោយ។ ការធ្វើចត្តាឡីស័កនៅឆ្ងាយពីអ្នកដទៃរយៈពេល 10 ថ្ងៃនៅតែជាជម្រើសដែលមានសុវត្ថិភាពបំផុត។

ការណែនាំអំពីការពាក់ម៉ាស៖

ការពាក់ម៉ាសឱ្យបានជិតល្អមានសារសំខាន់ណាស់ក្នុងការការពារអ្នកដទៃរហូតដល់រយៈពេល 10 ថ្ងៃបន្ទាប់ពីជំងឺរបស់អ្នកចាប់ផ្តើម។ សម្រាប់ព័ត៌មានបន្ថែមអំពីរបៀបពាក់ម៉ាសឱ្យមានប្រសិទ្ធភាពបំផុត សូមមើលតំណភ្ជាប់ដូចខាងក្រោម៖

https://www.cdph.ca.gov/Programs/CID/DCDC/Pages/COVID-19/Get-the-Most-out-of-Masking.aspx

ALAMEDA COUNTY HEALTH CARE SERVICES AGENCY
PUBLIC HEALTH DEPARTMENT

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

Contact
Public Health Department:
(510) 267-8000 Main Line
COVID-19 Information:
(510) 268-2101
www.acphd.org

ធ្វើបច្ចុប្បន្នភាព៖ 1/14/2022