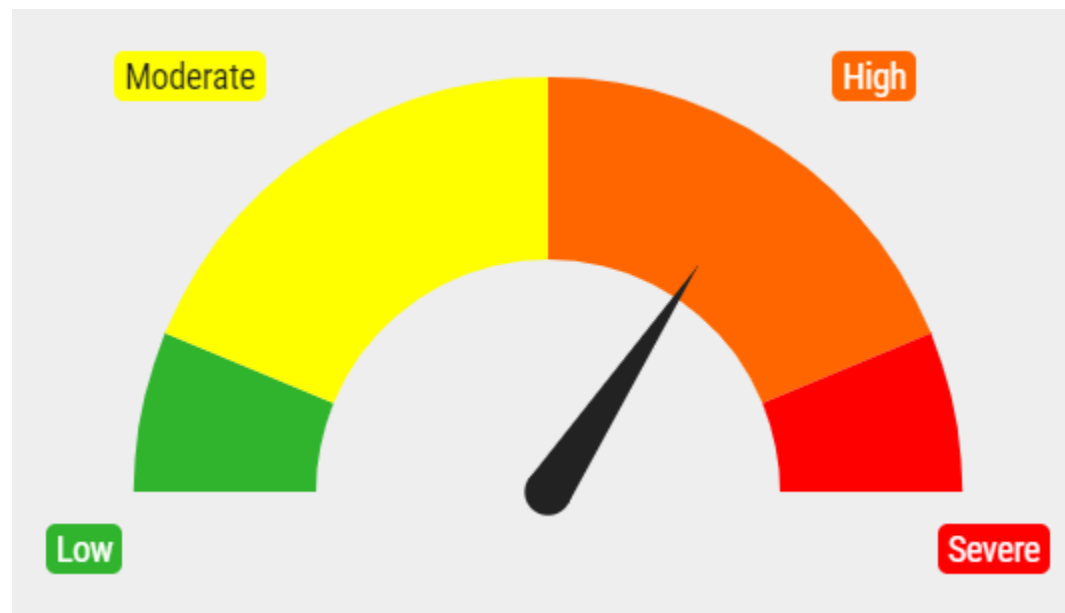


HƯỚNG DẪN CỘNG ĐỒNG

VỀ VÒNG QUAY RỦI RO Ở MỨC **MÀU CAM**



covid19.lincoln.ne.gov

CITY OF
LINCOLN
NEBRASKA



Cập nhật ngày 6 tháng 7, 2022

COVID Màu Cam- Mức độ lây lan COVID-19 cao trong cộng đồng

Hướng dẫn cho Công Chúng

Công chúng	Bên Ngoài nhà – Chỗ Làm, Xã Hội, Tại Nơi Công Cộng	Tại Nhà
Chủng Ngừa	<ul style="list-style-type: none"> • Cập nhật thông tin Thông Tin Chủng Ngừa 	<ul style="list-style-type: none"> • Cập nhật thông tin Thông Tin Chủng Ngừa
Khoảng cách tiếp xúc	<ul style="list-style-type: none"> • Giữ khoảng cách 6 bước với bất kỳ ai bên ngoài nhà • Tránh tiếp xúc gần với những người có triệu chứng • Theo Các Hướng Dẫn Du Lịch của CDC 	<ul style="list-style-type: none"> • Không cần giữ khoảng cách đối với những ai không có triệu chứng, trừ khi đang trong thời gian cách ly
Khẩu trang	<ul style="list-style-type: none"> • Mang khẩu trang tại các nơi bên trong nhà khi không thể giữ khoảng cách • Mang khẩu trang nơi tụ tập đông ngoài trời khi không thể giữ khoảng cách • Mang khẩu trang nếu bạn có triệu chứng dị ứng, cảm lạnh hoặc giống nhiễm covid 	<ul style="list-style-type: none"> • Nếu bạn hoặc ai đó trong nhà bạn có nguy cơ cao trở bệnh nặng, hãy mang khẩu trang khi ở gần người khác • Nếu bạn hoặc ai đó trong nhà bạn xét nghiệm dương tính covid và bạn không thể cách biệt hoàn toàn, hãy mang khẩu trang • Mang khẩu trang nếu bạn có triệu chứng dị ứng, cảm lạnh hoặc giống nhiễm covid
Rửa tay	<ul style="list-style-type: none"> • Rửa tay thường xuyên tối thiểu 20 giây, đặc biệt sau khi chạm vào các bề mặt tiếp xúc cao, hắt hơi/ho/chạm vào mặt, hoặc trước khi ăn • Dùng chất sát khuẩn tay khi không thể tiếp cận chỗ rửa tay 	<ul style="list-style-type: none"> • Rửa tay thường xuyên tối thiểu 20 giây, đặc biệt sau khi chạm vào các bề mặt tiếp xúc cao, hắt hơi/ho/chạm vào mặt, hoặc trước khi ăn
Theo dõi bệnh	<ul style="list-style-type: none"> • Nếu thấy có triệu chứng dị ứng, cảm lạnh, cúm, hay COVID, hãy mang khẩu trang, đi xét nghiệm hoặc dùng bộ xét nghiệm tại nhà, ở trong nhà, và liên hệ với nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe để có thông tin và điều trị nếu bạn xét nghiệm dương tính • Giảm thiểu tiếp xúc với người có triệu chứng 	<ul style="list-style-type: none"> • Nhận biết các triệu chứng giống COVID • Nếu thấy có triệu chứng dị ứng, cảm lạnh, cúm, hay COVID, hãy mang khẩu trang, tránh xa những người khác trong nhà, đi xét nghiệm hoặc dùng bộ xét nghiệm tại nhà, và liên hệ với nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe để có thông tin và điều trị nếu bạn xét nghiệm dương tính • Giảm thiểu tiếp xúc với người có triệu chứng
Người Có Nguy Cơ Cao Bệnh Nặng Khi Nhiễm COVID-19	<ul style="list-style-type: none"> • Đối với người trên 65 tuổi và người có các điều kiện sức khỏe liên quan đến việc có nguy cơ cao hơn khi nhiễm COVID-19 nặng: • Mang khẩu trang tại các nơi bên trong nhà và các nơi tụ tập đông đúc ngoài trời để tăng mức độ bảo vệ cho bạn • Tham vấn với bác sĩ của mình về các hành động bảo vệ bổ sung mà bạn nên thực hiện • www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/need-extra-precautions/people-with-medical-conditions.html 	