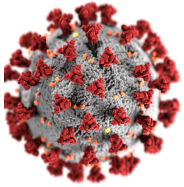


Những điều bạn nên biết về COVID-19 để bảo vệ bản thân và những người khác



Hiểu về COVID-19

- Coronavirus (COVID-19) là một bệnh do vi-rút gây ra có thể lây lan từ người sang người.
- Vi-rút gây ra COVID-19 là một loại coronavirus mới đã lây lan khắp thế giới.
- Các triệu chứng COVID-19 có thể từ nhẹ (hoặc không có triệu chứng) đến bệnh nặng.



Hiểu COVID-19 lây lan như thế nào

- Bạn có thể nhiễm bệnh khi tiếp xúc gần (khoảng 6 feet hay hai sải tay) với một người nhiễm COVID-19. COVID-19 chủ yếu lây từ người sang người.
- Bạn có thể bị nhiễm từ các giọt bắn hô hấp khi người bệnh ho, hắt hơi hoặc nói chuyện.
- Bạn cũng có thể mắc bệnh khi chạm vào bề mặt hoặc vật thể có vi-rút, sau đó chạm vào miệng, mũi hoặc mắt.



Bảo vệ bạn và những người khác khỏi COVID-19

- Hiện không có vắc-xin để bảo vệ chống lại COVID-19. Cách tốt nhất để bảo vệ bản thân là tránh tiếp xúc với vi-rút gây ra COVID-19.
- Ở nhà càng nhiều càng tốt và tránh tiếp xúc gần với những người khác.
- Đeo khẩu trang che mũi và miệng ở những nơi công cộng.
- Vệ sinh và khử trùng các bề mặt thường xuyên chạm vào.
- Thường xuyên rửa tay bằng xà phòng và nước trong ít nhất 20 giây hoặc sử dụng chất khử trùng tay có chứa ít nhất 60% cồn.



Thực hành giãn cách xã hội

- Mua hàng tạp hóa và thuốc men, đi khám bác sĩ và giao dịch ngân hàng trực tuyến khi có thể.
- Nếu bạn phải trực tiếp đến, hãy tránh xa những người khác ít nhất 6 feet và khử trùng các vật dụng bạn phải chạm vào.
- Sử dụng dịch vụ giao hàng và mua mang về, và hạn chế tiếp xúc trực tiếp càng nhiều càng tốt.



Ngăn chặn sự lây lan của COVID-19 nếu bạn bị ốm

- Ở nhà nếu bạn bị ốm, ngoại trừ để được chăm sóc y tế.
- Tránh các phương tiện giao thông công cộng, đi chung xe hoặc taxi.
- Tách bạn khỏi những người khác và vật nuôi trong nhà của bạn.
- Không có phương pháp điều trị cụ thể cho COVID-19, nhưng bạn có thể tìm kiếm dịch vụ chăm sóc y tế để giúp giảm các triệu chứng của mình.
- Nếu bạn cần chăm sóc y tế, hãy gọi điện trước.



Biết nguy cơ mắc bệnh nặng của bạn

- Mỗi người đều có nguy cơ bị nhiễm COVID-19.
- Người lớn tuổi và những người ở mọi lứa tuổi có bệnh lý nền nghiêm trọng có thể có nguy cơ mắc bệnh nặng hơn cao hơn.



cdc.gov/coronavirus