



“Cov Kiab Khw Uas Noj Qab Haus Huv” yog Dab Tsi?

Minnesota Fab Saib Xyuas Kev Noj Qab Haus Huv (Minnesota Department of Health, MDH) thiab Minnesota Fab Saib Xyuas Kev Ua Qoob Loo (Minnesota Department of Agriculture, MDA) tau koom ua ke nrog cov kiab khw muab tsiaj muaj sia los mus nthuav txog “Cov Kiab Khw Uas Noj Qab Haus Huv,” ib txoj kev tshaj tawm los mus txhawb cov cwj pwm kev coj kom noj qab haus huv nyob ntawm cov kiab khw.

Rau ntau tus neeg, kev mus yuav nqaij thiab nqaij qaib los ntawm tej kiab khw muag tsiaj muaj sia yog ib txoj kev ib txwm coj tseem ceeb, tab sis txoj kev kov nqaij nyoos thiab kov tau tej tsiaj muaj sia kuj muaj feem ua rau kis tau qee yam mob. Peb xav txhawb tej yam yooj yim uas cov neeg yuav khoom ua tau nyob rau ntawm cov kiab khw muag khoom thiab hauv lawv lub tsev los mus tiv thaiv lawv tus kheej kev noj qab haus huv thiab kev noj qab haus huv ntawm lawv tsev neeg.

Koj puas paub?

- Ib txwm ntuj tsim teb raug los tsiaj txhu yeej muaj cov kab mob uas ua tau mob rau tib neeg, xws li cov kab mob [tau los ntawm tej khoom noj \(Escherichia coli\)](#), [mob kub ib ce \(Salmonella\)](#), thiab [mob khaub thuas \(influenza\)](#)
- Hauv Minnesota, tau tshaj tawm tias muaj li ntawm 600-800 tus neeg tau raug tus mob kub ib ce (*Salmonella*) txhua xyoo
- Hauv xyoo 2011, muaj tus mob kub ib ce (*Salmonella*) tshwm sim kis mus dav heev hauv Minnesota uas muaj feem txuam nrog cov khw muag tsiaj muaj sia. Lub sijhawm muaj tus mob kis mus dav heev ntawd, feem coob ntawm cov tau tus mob yog cov me nyuam yaus

Dab tsi thiaj ua rau kuv nyob tsis muaj mob?

Nyob rau ntawm Lub Khw:

- Ntxuav koj ob txhais tes ua ntej thiab tom qab saib tsiaj tas
- Muab cov nqaij nyoos los yog nqaij qaib uas nqa los tsev tso rau hauv cov hnab los yog cov thawv txias ntxuav huv si.
- Tsis txhob mus rau hauv tej thaj chaw muaj tsiaj yog tias koj muaj hnub nyoog qis dua 5 xyoos, hnub nyoog 65 xyoos los yog tshaj saud, es muaj qee yam mob xws li mob ntsws, mob ntshav qab zib, mob plawv, lub nruab nrog cev kev tiv thaiv kab mob tsis muaj zog, los yog tej leeg xa xov khiav mus los hauv lub cev muaj mob

Nyob hauv Tsev:

- Muab koj cov nqaij nyoos thiab nqaij qaib tso kom txias rau hauv lub tsee txias kom txog rau thaum koj yuav muab los ua noj
- Muab cov nqaij nyoos thiab nqaij qaib mus cia kom khov dej yog tias koj yuav tsis npaj muab los ua noj li 3 hnub tom ntej
- Muab cov nqaij nyoos thiab nqaij qaib cia kom deb ntawm cov khoom noj uas yuav tsis tau muab los ua noj
- Ntxuav koj ob txhais tes, tej twj taig, thiab cov laug cam ua ntej thiab tom qab tau muab los siv hlais cov nqaij nyoos thiab nqaij qaib

Kawm Kom Paub Ntxiv

- [Foodsafety.gov](http://foodsafety.gov)
- [Khoom noj muab kev kaj huv hauv tsev CDC](#)
- [Kab Mob Khaub Thuas hauv Cov Tsiaj](#)
- [Cov Kiab Khw Uas Noj Qab Haus Huv Phau Ntawv Kos Xim](#)
- [Cov Kab Mob Khaub Thuas](#)
- [Khoom Noj Muab Kev Kaj Huv Cov Ntawv Luam](#)

Hu Rau Peb:

- 📍 Minnesota Department of Health
P.O. Box 64975
St. Paul, MN 55164-0975
- ☎️ (651) 201 5414

