

# Những điều cần làm nếu quý vị nhiễm COVID-19

Nếu kết quả xét nghiệm COVID-19 của quý vị dương tính, quý vị phải tự cách ly với những người khác và chú ý các triệu chứng của quý vị như sốt, ho, thở dốc, lạnh run, nhức đầu, nhức mỏi bắp thịt, đau họng, mệt mỏi, nghẹt mũi, hoặc mất vị giác hay khứu giác. Làm như vậy để bảo vệ bản thân quý vị, gia đình và cộng đồng.

Nếu quý vị cần chữa trị, hãy làm theo các hướng dẫn ở trang mặt sau.

## Tự cách ly với những người khác



**Ở trong nhà.** Đừng đi làm, đi học, hay đến bất kỳ nơi nào khác ở bên ngoài nhà. Nếu quý vị có bệnh cần chữa trị, hãy làm theo các hướng dẫn dưới đây. Hãy ở nhà cho đến khi tất cả ba điều kiện sau đây đều xảy ra:

- Quý vị cảm thấy đỡ hơn. Các triệu chứng ho, thở dốc, hoặc các triệu chứng khác của quý vị đã khá hơn.
- và
- Đã 10 ngày kể từ ngày đầu tiên quý vị cảm thấy bị bệnh.
- và
- Quý vị không bị sốt trong 24 giờ vừa qua mà không cần dùng đến thuốc hạ sốt.



**Tránh tiếp xúc với những người khác trong nhà.** Ở trong phòng riêng và sử dụng nhà vệ sinh riêng (nếu có) ở mức tối đa có thể.



**Đeo khẩu trang** nếu quý vị cần ở gần những người khác và che miệng và mũi bằng khăn giấy khi ho hoặc hắt hơi. Sau đó rửa tay thật kỹ.



**Tránh dùng chung đồ gia dụng cá nhân.** Đừng ăn uống chung, dùng chung ly chén, dao muỗng nĩa, khăn lau, hay mền/gối/khăn trải giường với những người khác trong nhà. Sau khi dùng các vật dụng này, hãy rửa/giặt kỹ bằng xà bông và nước. Làm sạch tất cả các bề mặt thường xuyên chạm vào ở trong nhà hàng ngày, bao gồm tay nắm cửa, công tắc điện, hay vòi nước.



**Rửa tay** thường xuyên bằng xà bông và nước trong ít nhất 20 giây, hoặc dùng chất khử trùng tay có cồn có nồng độ cồn ít nhất 60%. Tránh chạm vào mặt quý vị khi chưa rửa tay.

Vui lòng xem kỹ các thông tin khác mà sở y tế cung cấp cho quý vị hoặc có trên trang mạng của CDC về [Cleaning and Disinfection for Households \(www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/prepare/cleaning-disinfection.html\)](http://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/prepare/cleaning-disinfection.html).



## Theo dõi các triệu chứng của quý vị

**NẾU CÁC TRIỆU CHỨNG CỦA QUÝ VỊ TRỞ NÊN TRẦM TRỌNG, QUÝ VỊ BỊ KHÓ THỞ, HAY QUÝ VỊ CẦN CHỮA TRỊ:**

Liên lạc với bác sĩ của quý vị. Gọi trước. Đừng dùng phương tiện chuyên chở công cộng, dịch vụ đi xe chung (như Uber hay Lyft), hay taxi nếu quý vị cần tới y viện hay bệnh viện.

Nếu quý vị cần chữa trị khẩn cấp bất kỳ lúc nào trong thời gian cách ly, gọi 911 và cho họ biết là quý vị được chẩn đoán mắc bệnh COVID-19.



Minnesota Department of Health | [health.mn.gov](http://health.mn.gov) | 651-201-5000  
625 Robert Street North PO Box 64975, St. Paul, MN 55164-0975

Contact [health.communications@state.mn.us](mailto:health.communications@state.mn.us) to request an alternate format.

07/22/2020 (Vietnamese)