

Khi nào tôi có thể trở lại làm việc sau khi mắc bệnh COVID-19? Bản ghi lại

Quý vị bị bệnh với các triệu chứng COVID-19 nhưng CHƯA đi xét nghiệm COVID-19. HOẶC quý vị bị bệnh và bác sĩ của quý vị nói rằng quý vị mắc COVID-19 dựa trên các triệu chứng hoặc kết quả xét nghiệm.

Nếu quý vị bị bệnh với các triệu chứng COVID-19 - như sốt, ho, thở dốc, lạnh run, nhức đầu, đau nhức bắp thịt, đau họng, hoặc mất khứu giác hay vị giác, nhưng chưa đi xét nghiệm COVID-19 hoặc quý vị bị bệnh và bác sĩ hay y viện tại địa phương của quý vị nói rằng quý vị mắc COVID-19 dựa trên các triệu chứng hoặc kết quả xét nghiệm.

Hãy ở nhà và cách ly, tránh tiếp xúc với những người khác trong gia đình quý vị. Đừng dùng chung bất kỳ thứ gì như dao muỗng nĩa hay điện thoại.

Ở nhà cho đến khi tất cả ba điều kiện sau đây đã xảy ra:

1. Các triệu chứng của quý vị, như ho hoặc thở dốc, đã khá hơn.
2. Đã 10 ngày kể từ ngày các triệu chứng của quý vị bắt đầu xuất hiện.
3. Quý vị đã ngừng sốt trong 24 giờ mà không cần dùng thuốc hạ sốt.

Ở nhà trong khoảng thời gian nào trên đây mà lâu nhất.

Thí dụ, các triệu chứng của quý vị bắt đầu từ thứ ba. Thân nhiệt của quý vị hạ mà không cần dùng đến thuốc hạ sốt vào ngày Chủ nhật sau đó. Sau 24 giờ không còn sốt, quý vị có thể trở lại làm việc vào ngày thứ ba. Quý vị đã ở nhà tổng cộng 13 ngày.

Một thí dụ khác. Các triệu chứng của quý vị bắt đầu từ Chủ nhật. Thân nhiệt của quý vị hạ mà không cần dùng đến thuốc hạ sốt vào ngày thứ năm. Sau 24 giờ không còn sốt, quý vị đã ở nhà được 5 ngày. Vì số ngày tối thiểu quý vị cần ở nhà là 10 ngày, quý vị có thể trở lại làm việc vào ngày thứ năm.

Khi trở lại làm việc, giữ khoảng cách 6 feet với các đồng nghiệp và khách nếu có thể được và mang khẩu trang. Tìm hiểu quy định hướng dẫn của địa phương và nơi làm việc của quý vị về yêu cầu mang khẩu trang khi trở lại làm việc. Nếu quý vị làm việc trong ngành y tế hoặc vẫn chưa thấy đủ khỏe để làm việc, hãy nói chuyện với hãng sở của quý vị.

Để biết thông tin cập nhật về COVID-19, vui lòng vào trang mạng health.mn.gov

Minnesota Department of Health
Communications Office
PO Box 64975
St. Paul, MN 55164-0975
651-201-4989
health.communications@state.mn.us
www.health.state.mn.us

08/10/20 When can I return to work after being sick with COVID-19? (Vietnamese)

To obtain this information in a different format, call: 651-201-4989