

STAY SAFE MN



COVID-19: Khi nào trở lại làm việc

Phải tuân thủ các quy định hướng dẫn sau đây khi ở nhà và trở lại nơi làm việc. Các quy định hướng dẫn này phải tuân thủ tất cả mọi nhân viên, trừ những nhân viên trong ngành y tế. Trong ngành y tế, nhân viên y tế được công bố trực tiếp [trang mạng Chăm sóc sức khỏe: COVID-19: \(www.health.state.mn.us/diseases/coronavirus/hcp/index.html\)](http://www.health.state.mn.us/diseases/coronavirus/hcp/index.html) của Sở Y tế Minnesota và (www.hãng sở của quý vị).

Các triệu chứng COVID-19 có thể bao gồm ho, thở dốc, sốt, lạnh run, nhức đầu, đau nhức bắp thịt, tắc nghẽn, mệt mỏi, nghẹt mũi, hoặc mất khứu giác hoặc vị giác. Những triệu chứng thường gặp hơn là những triệu chứng liên quan đến hệ tiêu hóa như buồn nôn, ói mửa, hoặc tiêu chảy.



Nếu người nhà của quý vị mắc COVID-19 hoặc có các triệu chứng COVID-19:

- Trong 14 ngày hoặc có khi kết quả xét nghiệm quý vị dương tính với COVID-19:
 - Ở trong nhà ở mức tối đa có thể được.
 - Tránh tiếp xúc với người khác.
 - Đừng dùng chung bất kỳ thứ gì mà người khác chạm vào: điện thoại, dao, và đĩa, v.v.
- Thông tin quản lý của quý vị biết và làm việc ở nhà nếu có thể được. Nếu quý vị lý do làm việc trong ngành y tế hoặc công việc thiết yếu khác trong đó việc quý vị vắng mặt sẽ gây khủng hoảng nhân sự, hãy gọi hãng sở để được hướng dẫn riêng về cách làm việc. Nếu phải hải phải mang khẩu trang và giữ khoảng cách 6 feet (2 mét) với những người khác.
- Nếu quý vị không bị bệnh, trở lại làm việc sau 14 ngày.
- Nếu quý vị bị bệnh, tiếp tục ở nhà và tuân theo chuỗi hướng dẫn dưới đây dành cho những người mắc bệnh COVID-19 hoặc có các triệu chứng bệnh COVID-19.



Nếu quý vị mắc COVID-19 hoặc có các triệu chứng của COVID-19:

- Tránh tiếp xúc với những người khác; không dùng chung bất kỳ thứ gì mà những người khác chạm vào (điện thoại, dao và muỗng, v.v.); mang khẩu trang nếu quý vị phải ở trong cùng phòng với những người khác vắng nhà cho đến khi tất cả ba điều kiện sau đây đều đúng:
 - Đã ít nhất 10 ngày kể từ ngày có triệu chứng của quý vị bắt đầu xuất hiện, và
 - Quý vị không xuất hiện sốt trong 24 giờ đồng hồ mà không cần dùng đến thuốc hạ sốt, và
 - Các triệu chứng COVID-19 đã thuyên giảm.
- Nếu quý vị có các triệu chứng cần phải ở nhà hơn 10 ngày nếu quý vị có những chứng bệnh gây suy yếu hệ miễn dịch hoặc quý vị nằm bệnh viện. Liên lạc với bác sĩ hoặc y viện của quý vị để được hướng dẫn.
- Nếu được quản lý của quý vị biết và làm việc ở nhà nếu có thể được. Nếu quý vị lý việc trong ngành y tế hoặc công việc thiết yếu khác trong đó việc quý vị vắng mặt sẽ gây khủng hoảng nhân sự, hãy gọi hãng số của quý vị để được hướng dẫn riêng về cách làm việc. Nếu phải tiếp xúc mang khẩu trang và giữ khoảng cách 6 feet với người khác.
- Khi quý vị trở lại làm việc, giữ khoảng cách 6 feet với những người khác, nếu có thể được, và mang khẩu trang.



Minnesota Department of Health | health.mn.gov | 651-201-5000
625 Robert Street North PO Box 64975, St. Paul, MN 55164-0975

Liên hệ health.communications@state.mn.us để yêu cầu được cung cấp tài liệu bằng hình thức khuy

27 tháng 7, 2020 (Vietnamese)