

ជំងឺ COVID-19

តើជំងឺ COVID-19 គឺជាអ្វី?

ជំងឺ COVID-19 គឺជាជំងឺមួយដែលត្រូវបានគេរកឃើញជាលើកដំបូងនៅក្នុងខ្លួនមនុស្សនៅឆ្នាំ 2019។ វាបង្កឡើងដោយមេរោគ SARS-CoV-2។ ដោយសារតែវាជាមេរោគថ្មី យើងកំពុងសិក្សាវាដោយយកចិត្តទុកដាក់ ហើយបន្តស្វែងយល់ពីវា។ មនុស្សភាគច្រើនដែលមានជំងឺ COVID-19 គឺមានរោគសញ្ញាស្រាល។ ប៉ុន្តែជំងឺ COVID-19 ក៏អាចបណ្តាលឱ្យធ្លាក់ខ្លួនឈឺធ្ងន់ធ្ងរ និងរហូតដល់ស្លាប់ផងដែរ។ ក្រុមខ្លះប្រឈមនឹងហានិភ័យខ្ពស់នៃជំងឺ COVID-19 កម្រិតធ្ងន់ធ្ងរ ជាពិសេសមនុស្សពេញវ័យចាស់ដែលមិនបានចាក់ថ្នាំបង្ការ និងអ្នកដែលមិនបានចាក់ថ្នាំបង្ការដែលមាន [បញ្ហាសុខភាពជាក់លាក់](#)។ មនុស្សក៏អាចឆ្លងមេរោគនេះ ហើយមិនដែលមានរោគសញ្ញាដែរ។ មនុស្សមួយចំនួនជួបប្រទះស្ថានភាពក្រោយមានជំងឺ COVID-19។ នេះរួមបញ្ចូលទាំងរោគសញ្ញាថ្មី ឬរោគសញ្ញាកើតឡើងមកវិញម្តងទៀត ឬបញ្ហាសុខភាព ដែលអាចបន្តកើតមានរយៈពេលជាច្រើនសប្តាហ៍ ឬច្រើនខែ។ សូមមើល [សូមមើលផលប៉ះពាល់រយៈពេលវែងរបស់ CDC](#)។

តើមេរោគកូរ៉ូណាប្រភេទថ្មីគឺជាអ្វី?

ដូចមេរោគទាំងអស់ដែរ មេរោគ SARS-CoV-2 មានការផ្លាស់ប្តូរតិចតួច តាមរយៈការផ្លាស់ប្តូរហ្សែន។ ការផ្លាស់ប្តូរហ្សែនទាំងនេះបន្ថែម និងបង្កើតមេរោគដែលមានទ្រង់ទ្រាយខុសគ្នាបន្តិចបន្តួចដែលហៅថា “ប្រភេទ”។ ពេលខ្លះ ការផ្លាស់ប្តូរហ្សែននឹងបណ្តាលឱ្យមេរោគរីករាលដាលកាន់តែងាយ ធ្វើឱ្យមនុស្សធ្លាក់ខ្លួនឈឺខ្លាំងជាងមុន ឬធ្វើឱ្យមេរោគមានភាពធន់នឹងការព្យាបាលឬថ្នាំបង្ការ។ បច្ចុប្បន្ននេះ CDC បានរកឃើញថាថ្នាំបង្ការទាំង 3 ប្រភេទដែលត្រូវបានអនុញ្ញាតសម្រាប់ការប្រើប្រាស់នៅសហរដ្ឋអាមេរិក មានប្រសិទ្ធភាពខ្ពស់ក្នុងការការពារការធ្លាក់ខ្លួនឈឺធ្ងន់ធ្ងរ និងការស្លាប់ពីមេរោគប្រភេទថ្មី។ សូមមើល [សំណួរដែលបានសួរជាញឹកញាប់អំពីមេរោគ COVID-19 ប្រភេទថ្មី](#) របស់ នាយកដ្ឋានសុខភាពសាធារណៈរបស់ខោនធី LA (LAC DPH)។

តើជំងឺ COVID-19 រីករាលដាលយ៉ាងដូចម្តេច?

មេរោគ SARS-CoV-2 នេះឆ្លងពីមនុស្សម្នាក់ទៅមនុស្សម្នាក់ទៀត ភាគច្រើនតាមរយៈដំណក់ទឹកតូចៗតាមផ្លូវដង្ហើមដែលត្រូវបានបញ្ចេញចូលទៅក្នុងខ្យល់ដោយបុគ្គលដែលមានជំងឺ COVID-19។ ឧទាហរណ៍ នៅពេលពួកគេនិយាយ ច្រៀង ក្អក ស្រែក កណ្តាស់ ឬដកដង្ហើមខ្លាំងៗ។ ដំណក់ទឹកតូចៗទាំងនេះត្រូវបានស្រូបចូលដោយមនុស្សផ្សេង ឬធ្លាក់ទៅលើវត្ថុមុខ មាត់ ឬភ្នែករបស់ពួកគេ។ ហានិភ័យចំពោះបុគ្គលម្នាក់ក្នុងការទទួលបានការចម្លង គឺមានកាន់តែខ្លាំង នៅពេលដែលគេនៅកាន់តែជិតអ្នកដែលមានជំងឺ COVID-19។ កន្លែងបិទជិតដែលមិនមានខ្យល់បក់ចេញចូលល្អ ក៏អាចបង្កើនហានិភ័យនៃការឆ្លងមេរោគផងដែរ។ នេះក៏ព្រោះតែដំណក់ទឹកតូចៗដែលមានមេរោគ អាចប្រមូលផ្តុំនិងរាលដាលនៅក្នុងអាកាសបានចម្ងាយលើសពី 6 ហ្វីត។ ដំណក់ទឹកតូចៗទាំងនោះថែមទាំងអាចអណ្តែតលើអាកាស បន្ទាប់ពីអ្នកដែលផ្ទុកមេរោគបានចេញពីបន្ទប់។ ការរីករាលដាលរបស់មេរោគតាមការប៉ះពាល់ផ្ទៃ ដែលមានដំណក់ទឹកតូចៗនៅលើវាហើយបន្ទាប់មកប៉ះភ្នែក ច្រមុះ ឬមាត់របស់អ្នក ក៏អាចកើតមានបានដែរ ប៉ុន្តែមិនសូវមានញឹកញាប់ទេ។ សូមមើល [របៀបដែលជំងឺ COVID-19 រីករាលដាល](#)។

តើជំងឺ COVID-19 មានរោគសញ្ញាអ្វីខ្លះ?

រោគសញ្ញានៃជំងឺ COVID-19 អាចរាប់បញ្ចូលទាំងចំណុចមួយ ឬច្រើនដូចបន្តនេះ៖ ក្អក ក្អក ក្អក ដង្ហើមខ្លី ឬពិបាកដកដង្ហើម មានអារម្មណ៍អស់កម្លាំង ឈឺសាច់ដុំឬឈឺខ្នង ឈឺក្បាល ឈឺបំពង់ក ចង្ហោរចងក្អតឬក្អក រាករូស តឹងច្រមុះឬហៀរសំបោរ ឬលែងដឹងរសជាតិឬក្លិនថ្មីៗ។ ពិគ្រោះជាមួយវេជ្ជបណ្ឌិតរបស់អ្នកអំពីរោគសញ្ញាទាំងនេះ ឬរោគសញ្ញាផ្សេងទៀតដែលធ្វើឱ្យអ្នកមានការព្រួយបារម្ភ។ ប្រសិនបើអ្នកត្រូវការជំនួយក្នុងការស្វែងរកវេជ្ជបណ្ឌិត សូមទូរស័ព្ទស្វែងរកជំនួយដែលបម្រើការជូន 24 ម៉ោងក្នុងមួយសប្តាហ៍ តាមលេខ 2-1-1 ឬចូលទៅកាន់គេហទំព័រ 211LA.org។ សូមមើលគេហទំព័រ ph.lacounty.gov/covidcare ដើម្បីស្វែងយល់អំពីរោគសញ្ញា និងអ្វីដែលត្រូវធ្វើប្រសិនបើអ្នកឈឺ។

តើខ្ញុំគួរធ្វើតេស្តរកជំងឺ COVID-19 នៅពេលណា?

អ្នកគួរតែធ្វើតេស្តដោយការយកសំណាកកំហាក ឬទឹកមាត់ដើម្បីរកជំងឺ COVID-19 (ដោយមិនគិតថា អ្នកបានចាក់ថ្នាំបង្ការពេញលេញឬទេ) ប្រសិនបើ៖

ជំងឺ COVID-19

- អ្នកមានរោគសញ្ញានៃជំងឺ COVID-19 ឬ
- អ្នកមានទំនាក់ទំនង ជិតស្និទ្ធ ជាមួយអ្នកដែលមានជំងឺ COVID-19

ការធ្វើតេស្តអាចតម្រូវជាចាំបាច់ អាស្រ័យលើកន្លែងដែលអ្នកធ្វើការ សិក្សា ឬរស់នៅ។ សូមចូលទៅកាន់គេហទំព័រ ph.lacounty.gov/covidtests ដើម្បីស្វែងយល់បន្ថែមអំពីពេលវេលាដែលត្រូវទៅធ្វើតេស្ត។ ដើម្បីធ្វើការណាត់ជួបសម្រាប់ការធ្វើតេស្តដោយឥតគិតថ្លៃ សូមចូលទៅកាន់គេហទំព័រ covid19.lacounty.gov/testing ឬទូរស័ព្ទទៅលេខ 2-1-1។

ចុះប្រសិនបើខ្ញុំទទួលបានលទ្ធផលធ្វើតេស្តវិជ្ជមានសម្រាប់ជំងឺ COVID-19?

ប្រសិនបើអ្នកធ្វើតេស្តវិជ្ជមានសម្រាប់ជំងឺ COVID-19 អ្នកត្រូវតែនៅដាច់ដោយឡែក។ ស្នាក់នៅក្នុងផ្ទះ និងរក្សាចម្ងាយពីអ្នកដទៃ យ៉ាងហោចណាស់ 10 ថ្ងៃចាប់ពីពេលដែលរោគសញ្ញារបស់អ្នកចាប់ផ្តើម និងយ៉ាងហោចណាស់ 1 ថ្ងៃបន្ទាប់ពីរោគគ្រុនក្តៅរបស់អ្នកបានបាត់ទៅវិញ ដោយមិនប្រើថ្នាំ ហើយរោគសញ្ញារបស់អ្នកបានធូរស្បើយ។ ប្រសិនបើអ្នកមិនមានរោគសញ្ញា អ្នកត្រូវតែនៅដាច់ដោយឡែករយៈពេល 10 ថ្ងៃ គិតចាប់ពីថ្ងៃដែលបានធ្វើតេស្តទទួលបានលទ្ធផលវិជ្ជមានរបស់អ្នក។ សម្រាប់ព័ត៌មានលម្អិតបន្ថែម សូមចូលទៅកាន់គេហទំព័រ ph.lacounty.gov/covidisolation។ លើសពីនេះទៀត សូមមើល ការយល់ដឹងអំពីលទ្ធផលធ្វើតេស្តរកមេរោគរបស់អ្នក នៅលើគេហទំព័រ ph.lacounty.gov/covidtests។

អ្នកក៏ត្រូវតែប្រាប់បុគ្គលដែលមានទំនាក់ទំនងជិតស្និទ្ធរបស់អ្នកទាំងអស់ ថាពួកគេអាចឆ្លងមេរោគហើយត្រូវតែធ្វើចត្តាឡីស័ក លុះត្រាតែពួកគេស្ថិតក្នុងករណីលើកលែងណាមួយ។ ចូរផ្តល់ជូនឱ្យពួកគេនូវ ការណែនាំសម្រាប់អ្នកមានទំនាក់ទំនងជិតស្និទ្ធ។ ការណែនាំទាំងនេះមានជាច្រើនភាសានៅលើគេហទំព័រ ph.lacounty.gov/covidquarantine។ បុគ្គលដែលមានទំនាក់ទំនងជិតស្និទ្ធរបស់អ្នកទាំងអស់ត្រូវតែអនុវត្តតាមការណែនាំ ទោះបីជាពួកគេមានអារម្មណ៍ថាស្រួលខ្លួន ឬបានចាក់ថ្នាំបង្ការពេញលេញក៏ដោយ។

ចុះប្រសិនបើខ្ញុំបានប៉ះពាល់ ឬមានទំនាក់ទំនងជិតស្និទ្ធជាមួយនរណាម្នាក់ដែលមានជំងឺ COVID-19?

ប្រសិនបើអ្នក មានទំនាក់ទំនងជិតស្និទ្ធ ជាមួយអ្នកដែលមានជំងឺ COVID-19 អ្នកត្រូវតែអនុវត្តតាមការណែនាំទាំងអស់ ទោះបីជាអ្នកមានអារម្មណ៍ថាស្រួលខ្លួន ឬបានចាក់ថ្នាំបង្ការពេញលេញក៏ដោយ។ អ្នកត្រូវតែធ្វើចត្តាឡីស័ក លុះត្រាតែអ្នកស្ថិតក្នុងករណីលើកលែង*។ អ្នកត្រូវតែតាមដានសុខភាពរបស់អ្នក និងប្រុងប្រយ័ត្នបន្ថែមក្នុងរយៈពេល 14 ថ្ងៃ បន្ទាប់ពីបានប៉ះពាល់ ឬមានទំនាក់ទំនងជិតស្និទ្ធចុងក្រោយជាមួយអ្នកដែលបានផ្ទុកមេរោគ។

អ្នកត្រូវបានណែនាំឱ្យធ្វើតេស្តរកមេរោគ COVID-19 លុះត្រាតែអ្នកធ្លាប់ធ្វើតេស្តរកមេរោគជំងឺ COVID-19 ដែលទទួលបានលទ្ធផលវិជ្ជមានក្នុងអំឡុងពេល 90 ថ្ងៃកន្លងមកនេះ។

សម្រាប់ព័ត៌មានលម្អិតបន្ថែម រួមទាំងរយៈពេលដែលត្រូវធ្វើចត្តាឡីស័ក សូមមើល ការណែនាំសម្រាប់ទំនាក់ទំនងជិតស្និទ្ធ តាមរយៈគេហទំព័រ ph.lacounty.gov/covidquarantine។

*ការលើកលែង: អ្នកមិនចាំបាច់ធ្វើចត្តាឡីស័កទេ ប្រសិនបើអ្នកមិនមានរោគសញ្ញានៃជំងឺ COVID-19 ទេ ហើយអ្នកថែមទាំងបានចាក់ថ្នាំបង្ការពេញលេញ ឬក៏អ្នកបានធ្វើតេស្តជំងឺ COVID-19 ទទួលបានលទ្ធផលវិជ្ជមានក្នុងអំឡុងពេល 3 ខែ (90 ថ្ងៃ) កន្លងមក ហើយបានជាសះស្បើយឡើងវិញ (ឧទាហរណ៍ អ្នកបានបញ្ចប់ការនៅដាច់ដោយឡែករួចរាល់)។

តើខ្ញុំបានចាក់ថ្នាំបង្ការពេញលេញនៅពេលណា?

អ្នកត្រូវបានគេចាត់ទុកថា បានចាក់ថ្នាំបង្ការពេញលេញប្រសិនបើអ្នកបានជំងឺ COVID-19 គិតចាប់ពី ពីរ (2) សប្តាហ៍បន្ទាប់ពី៖

- អ្នកបានចាក់ដូសតែមួយដងនៃថ្នាំបង្ការជំងឺ COVID-19 ប្រភេទ Johnson & Johnson (J&J)/Janssen រួចរាល់ហើយ ឬ
- អ្នកបានចាក់ដូសទីពីរនៃថ្នាំបង្ការជំងឺ COVID-19 ប្រភេទ Pfizer ឬ Moderna រួចរាល់ហើយ ឬ
- អ្នកបានចាក់ជាលំដាប់នូវថ្នាំបង្ការជំងឺ COVID-19 ណាដែលត្រូវបានចុះបញ្ជីអនុញ្ញាតឱ្យប្រើប្រាស់ជាបន្ទាន់ដោយអង្គការសុខភាពពិភពលោក។



ជំងឺ COVID-19

សូមមើល ph.lacounty.gov/fullyvax សម្រាប់ព័ត៌មានបន្ថែម។

តើខ្ញុំអាចការពារខ្លួនឯង និងអ្នកដទៃពីជំងឺ COVID-19 បានដោយរបៀបណា?

ការបញ្ឈប់ជំងឺរាតត្បាតជាសកលនេះ នឹងត្រូវការប្រើប្រាស់មធ្យោបាយរបស់យើងទាំងអស់។

- **ទទួលការចាក់ថ្នាំបង្ការ។** វាគឺជាវិធីល្អបំផុតដើម្បីការពារប្រឆាំងនឹងជំងឺ COVID-19។ ការចាក់ថ្នាំបង្ការនឹងកាត់បន្ថយការរីករាលដាលនៃមេរោគប្រភេទថ្មី និងកាត់បន្ថយឱកាសនៃមេរោគប្រភេទថ្មីដែលកាន់តែគ្រោះថ្នាក់ជាងនេះ លេចចេញជារូបរាង។
- **ពាក់ម៉ាស់ដែលបិទជិតល្អ និងមានគម្រងល្អ។** សូមមើល ph.lacounty.gov/masks សម្រាប់ព័ត៌មានបន្ថែម។
- **ជៀសវាងទីកន្លែងដែលមេរោគ COVID-19 រីករាលដាលកាន់តែងាយស្រួល។** រួមមានទីកន្លែងដែលមានមនុស្សច្រើនកុះករ កន្លែងបិទជិតដែលមិនមានខ្យល់បក់ចេញចូលល្អ និងទីតាំងដែលមនុស្សកំពុងនិយាយនៅជិតគ្នា។
- **ធ្វើឱ្យខ្យល់បក់ចេញចូលប្រសើរឡើង។** បើកបង្អួចនិងទ្វារទាំងអស់ ហើយជៀសវាងទីធ្លាខាងក្នុងអគារដែលមិនមានខ្យល់បក់ចេញចូលល្អ។
- **ជ្រើសរើសទីធ្លាខាងក្រៅ** សម្រាប់សកម្មភាពសង្គម និងសម្បទានផ្សេងៗ។
- **សូមលាងសម្អាតដៃរបស់អ្នក និង/ឬប្រើទឹកអនាម័យលាងដៃឱ្យបានញឹកញាប់។** ជាពិសេសបន្ទាប់ពីស្ថិតនៅទីកន្លែងសាធារណៈ ដែលមានផ្ទៃដែលត្រូវបានប៉ះពាល់ដោយមនុស្សជាច្រើន។
- **នៅតែផ្ទះ នៅពេលអ្នកឈឺ។**

សូមមើល ph.lacounty.gov/reducerisk សម្រាប់កន្លឹះបន្ថែម។

តើខ្ញុំអាចចាក់ថ្នាំបង្ការប្រឆាំងជំងឺ COVID-19 បានយ៉ាងដូចម្តេច?

ការចាក់ថ្នាំបង្ការជំងឺ COVID-19 អាចរកបានគ្រប់ទីកន្លែងនៅទូទាំងខោនធី LA ដោយមិនចាំបាច់ធ្វើការណាត់ជួបទេ។ ចូលមើល www.vaccinateLACounty.com ហើយចុចលើ "វិធីទទួលការចាក់ថ្នាំបង្ការ" ដើម្បីរកទីតាំងនៅជិតអ្នក។ ប្រសិនបើអ្នកត្រូវការជំនួយដើម្បីធ្វើការណាត់ជួប ត្រូវការជំនួយក្នុងការធ្វើដំណើរទៅកន្លែងចាក់ថ្នាំបង្ការ ឬក៏មិនអាចធ្វើដំណើរចេញពីផ្ទះបាន អ្នកអាចទូរស័ព្ទទៅលេខ **1-833-540-0473** ចាប់ពី ម៉ោង 8:00 ព្រឹកដល់ម៉ោង 8:30 យប់ 7 ថ្ងៃក្នុងមួយសប្តាហ៍។ ព័ត៌មាននេះថែមទាំងមានជាច្រើនភាសា ដែលអាចរកបាន 24 ម៉ោងក្នុងមួយសប្តាហ៍ ដោយទូរស័ព្ទទៅកាន់លេខ 2-1-1។ ការចាក់ថ្នាំបង្ការគឺតែងតែឥតគិតថ្លៃ និងមានសម្រាប់មនុស្សគ្រប់គ្នា ដែលមានអាយុចាប់ពី 12 ឆ្នាំឡើង ដោយមិនគិតពីស្ថានភាពអន្តោប្រវេសន៍ទេ។

តើខ្ញុំអាចធ្វើដំណើរបានទេ?

កុំធ្វើដំណើរប្រសិនបើអ្នកឈឺ ឬស្ថិតក្នុងសភាពតម្រូវឱ្យនៅដាច់ដោយឡែក ឬធ្វើចត្តាឡីស័ក។ ប្រសិនបើអ្នកបានចាក់ថ្នាំបង្ការពេញលេញហើយ អ្នកអាចធ្វើដំណើរបាន។ ប្រសិនបើអ្នកមិនបានចាក់ថ្នាំបង្ការពេញលេញទេ ការពន្យារពេលការធ្វើដំណើរ រហូតដល់អ្នកបានចាក់ថ្នាំបង្ការពេញលេញ គឺជារឿងល្អបំផុត។ ប្រសិនបើអ្នកសម្រេចចិត្តធ្វើដំណើរ អ្នកគួរតែធ្វើតាមការណែនាំអំពីការធ្វើដំណើរ [ក្នុងប្រទេស](#) និង [ក្រៅប្រទេស](#) របស់ CDC សម្រាប់អ្នកដែលមិនបានចាក់ថ្នាំបង្ការ ដែលរួមមានការធ្វើតេស្តមុននិងក្រោយការធ្វើដំណើរ និងការធ្វើចត្តាឡីស័ក នៅពេលត្រឡប់មកពីការធ្វើដំណើរវិញ។ សម្រាប់ព័ត៌មានលម្អិតបន្ថែម សូមមើល [ការប្រឹក្សាពីការធ្វើដំណើរនិងសេចក្តីណែនាំ](#) របស់ LAC DPH។

ខ្ញុំនៅតែមានអារម្មណ៍តានតឹងអំពីជំងឺ COVID-19 - តើខ្ញុំអាចធ្វើអ្វីបាន?

នៅពេលដែលពិភពលោកបន្តប្រយុទ្ធប្រឆាំងនឹងជំងឺ COVID-19 អ្នកអាចនឹងមានអារម្មណ៍ព្រួយបារម្ភ ពិបាកក្នុងអារម្មណ៍ និងភ័យខ្លាចចំពោះសុខភាពរបស់អ្នក និងសុខភាពរបស់មនុស្សជាទីស្រឡាញ់របស់អ្នក។ ការរក្សាគម្លាតរាងកាយ បញ្ឈាមយកកាត់ ការផ្លាស់ប្តូររបៀបរស់នៅ និងកត្តាផ្សេងទៀតក៏អាចបណ្តាលឱ្យមានអារម្មណ៍តានតឹងបន្ថែមទៀតផងដែរ។ ត្រូវតាមដានឱ្យបានប្រាកដ



ជំងឺ COVID-19

អំពីសញ្ញានៃភាពគានតឹង ចូលរួមក្នុងការថែទាំខ្លួនឯងឱ្យបានទៀងទាត់ និងស្វែងរកជំនួយនៅពេលចាំបាច់។

ប្រសិនបើអ្នក ឬនរណាម្នាក់ដែលអ្នកស្គាល់ មានការលំបាកក្នុងការប្រឈមជាមួយជំងឺ COVID-19 ជំនួយមានបម្រើជូន 24 ម៉ោងក្នុងមួយសប្តាហ៍ តាមរយៈខ្សែទូរស័ព្ទជំនួយបន្ទាន់លេខ 1-800-854-7771 របស់នាយកដ្ឋានសុខភាពរដ្ឋក្រុងរ៉ូសអានធី Los Angeles។ អ្នកក៏អាចផ្ញើសារជាអក្សរ "LA" ទៅកាន់លេខ 741741 ឬនិយាយជាមួយគ្រូពេទ្យរបស់អ្នក។ គេហទំព័រ <http://dmh.lacounty.gov/resources> រួមបញ្ចូលទាំងកន្លឹះដើម្បីជួយគ្រប់គ្រងភាពគានតឹង និងបង្កើនសុខភាពផ្លូវអារម្មណ៍របស់អ្នក ព្រមទាំងការចូលមើលកម្មវិធី Headspace Plus ដោយឥតគិតថ្លៃ-សម្រាប់ធនធានទាក់ទងនឹងការអប់រំសិស្សរតី និងសមាជិក។

តើខ្ញុំអាចទទួលបានព័ត៌មានដែលអាចទុកចិត្តបានអំពីជំងឺ COVID-19 នៅទីណា?

មានព័ត៌មានមិនពិត និងការបោកប្រាស់ជាច្រើនអំពីជំងឺ COVID-19។ ពិនិត្យមើលប្រភពព័ត៌មានដែលអាចទុកចិត្តបាន អំពីដំណឹងត្រឹមត្រូវអំពីជំងឺ COVID-19 រួមមានដូចខាងក្រោម៖

- នាយកដ្ឋានសុខភាពសាធារណៈរបស់ខោនធី Los Angeles៖
 - ព័ត៌មានអំពីជំងឺ COVID-19៖ ph.lacounty.gov/Coronavirus
 - ថ្នាំបង្ការជំងឺ COVID-19៖
 - VaccinateLACounty.com សម្រាប់ [សំណួរដែលសួរញឹកញាប់និងព័ត៌មានពិត](#) ស្តីពី [វិធីទទួលបានការចាក់ថ្នាំបង្ការ](#) និងព័ត៌មានផ្សេងទៀត ។
 - មជ្ឈមណ្ឌលទំនាក់ទំនងអំពីថ្នាំបង្ការរបស់ DPH ដែលមានលេខ **1-833-540-0473** បម្រើការជូនចាប់ពីម៉ោង 8:00 ព្រឹកដល់ម៉ោង 8:30 យប់ ឬលេខ **2-1-1** (បម្រើជូន 24 ម៉ោងក្នុងមួយសប្តាហ៍) សម្រាប់ជំនួយក្នុងការទទួលបានថ្នាំបង្ការ។
- [នាយកដ្ឋានសុខភាពសាធារណៈកាលីហ្វ័រញ៉ា \(California Department of Public Health\)](#)
- [មជ្ឈមណ្ឌលគ្រប់គ្រងនិងទប់ស្កាត់ជំងឺឆ្លង \(Centers for Disease Control and Prevention\)](#)
- [អង្គការសុខភាពពិភពលោក \(World Health Organization \(WHO\)\)](#)

