

មេរោគកូរ៉ូណាប្រភេទថ្មី (COVID-19)

នាយកដ្ឋានសុខភាពសាធារណៈរបស់ខោនធី Los Angeles
ការណែនាំដោយផ្អែកលើលទ្ធផលតេស្ត

បច្ចុប្បន្នភាពថ្មីៗ

11/8/20៖ បានធ្វើបច្ចុប្បន្នភាពព័ត៌មានអំពីការរីករាលដាលនៃជំងឺ COVID-19 និងការណែនាំសម្រាប់ការដាក់ឱ្យនៅដាច់ដោយឡែក និងការដាក់ឱ្យនៅដាច់ពីគេ។

1. តើមេរោគកូរ៉ូណាឆ្លងដោយរបៀបណា?

ដូចជំងឺផ្សេងទៀតដទៃទៀតដែរ មេរោគកូរ៉ូណាដែលកើតលើមនុស្ស ជាទូទៅឆ្លងទៅអ្នកដទៃ ពីមនុស្សដែលបានឆ្លងមេរោគតាមរយៈ៖

- តំណក់ទឹកតូចៗដែលកើតឡើងតាមរយៈការក្អក ការកណ្តាស់ ឬការនិយាយ។
- ការប៉ះពាល់ជិតស្និទ្ធ ដូចជាការថែទាំអ្នកដែលកើតជំងឺ។

ជំងឺ COVID-19 ក៏អាចឆ្លងតាមរយៈការប៉ះផ្ទៃ ឬរន្ធដែលមានមេរោគនៅលើនោះ បន្ទាប់មកប៉ះមាត់ ច្រមុះ ឬភ្នែក ប៉ុន្តែវាមិនត្រូវបានគេគិតថាជាវិធីចម្បងដែលមេរោគនេះឆ្លងឡើយ។ មនុស្សមួយចំនួនឆ្លងជំងឺ COVID-19 ដោយមិនចេញរោគសញ្ញាឡើយ ប៉ុន្តែពួកគេនៅតែអាចចម្លងជំងឺនេះទៅអ្នកដទៃបានដដែល។

2. តើរោគសញ្ញារបស់ជំងឺ COVID-19 មានអ្វីខ្លះ?

ជំងឺដែលបានរាយការណ៍ មានចាប់ពីមនុស្សដែលមានរោគសញ្ញាកម្រិតស្រាល ឬគ្មានរោគសញ្ញា រហូតដល់មនុស្សដែលមានជំងឺធ្ងន់ធ្ងរដែលត្រូវការទៅមន្ទីរពេទ្យ និងស្លាប់បាត់បង់ជីវិតក៏មាន។

រោគសញ្ញាអាចមានដូចខាងក្រោម៖ គ្រុនក្តៅ ឬគ្រុនរងា ក្អក ដកដង្ហើមខ្លី ឬពិបាកដកដង្ហើម ហេរហាក់ ឈឺសាច់ដុំ ឬឈឺខ្នង ឈឺក្បាល លែងដឹងរសជាតិ ឬក្តិន ឈឺបំពង់ក តឹងច្រមុះ ឬហឿនស្បើយ រាករូស វិលមុខ ឬក្អកចង្កេះ។ បញ្ជីរោគសញ្ញានេះមិនរាប់បញ្ចូលទាំងអស់នោះទេ។

បើសិនជាអ្នកមានរោគសញ្ញានៃជំងឺ COVID-19 ចូរប្រឹក្សាជាមួយអ្នកផ្តល់សេវាថែទាំសុខភាព និងធ្វើតេស្តរកជំងឺ COVID-19 អ្នកគួរស្ថិតនៅផ្ទះ និងការពារអ្នកដទៃរហូតដល់អ្នកទទួលបានលទ្ធផលនៃការធ្វើតេស្តរកជំងឺ COVID-19 របស់អ្នក ឬរហូតដល់អ្នកផ្តល់សេវាថែទាំសុខភាពរបស់អ្នកប្រាប់អ្នកថា អ្នកមិនមានជំងឺ COVID-19។

បើសិនជាអ្នកធ្វើតេស្តវិជ្ជមានសម្រាប់ជំងឺ COVID-19 ឬអ្នកផ្តល់សេវាថែទាំសុខភាពរបស់អ្នកប្រាប់អ្នកថា អ្នកទំនងជាមានជំងឺ COVID-19 អ្នកគួរតែដាក់ខ្លួនឯងឱ្យនៅដាច់ដោយឡែកនៅផ្ទះ។

3. ខ្ញុំមិនមានរោគសញ្ញាទេ ប៉ុន្តែនៅតែត្រូវបានធ្វើតេស្តរកជំងឺ COVID-19 ដដែល តើខ្ញុំគួរធ្វើអ្វីខ្លះខណៈពេលដែលខ្ញុំរង់ចាំលទ្ធផលតេស្តរបស់ខ្ញុំ?

យើងមិនណែនាំឱ្យបុគ្គលដែលគ្មានរោគសញ្ញាធ្វើតេស្តរកជំងឺ COVID-19 ឡើយលើកលែងតែពួកគេគឺជា អ្នកប៉ះពាល់ជិតស្និទ្ធ ជាមួយនរណាម្នាក់ដែលមានជំងឺ COVID-19 ប៉ុន្តែបើសិនជាអ្នកពិតជាបានធ្វើតេស្ត ធ្វើតេស្តរកជំងឺ COVID-19 អ្នកគួរតែបន្តអនុវត្តការរក្សាកំលាតសង្គម (សង្គម) ដែលបានណែនាំ ដូចជាការស្ថិតនៅផ្ទះ និងស្ថិត នៅកំលាត 6 ហ្វីតពីអ្នកដទៃនៅពេលអ្នកនៅក្រៅផ្ទះរបស់អ្នក រហូតដល់ពេលចេញលទ្ធផលតេស្តរបស់អ្នក។ អ្នកក៏គួរ តែប្រើក្រណាត់បាំងមុខនៅគ្រប់ពេលដែលអ្នកចេញពីផ្ទះ និងនៅជិតអ្នកដទៃដែលមិនមែនជាផ្នែកនៃគ្រួសាររបស់អ្នកផងដែរ។ បើអ្នកគឺជាអ្នកប៉ះពាល់ជាមួយករណីជំងឺ COVID-19 ដែលបានសង្ស័យឬវិជ្ជមាន អ្នកគួរតែ នៅដាច់ពីគេ នៅផ្ទះ និងឆ្ងាយពីអ្នកដទៃរហូតដល់ពេលចេញលទ្ធផលរបស់អ្នក បន្ទាប់មកអនុវត្តតាមការណែនាំ ខាងក្រោមដោយ ផ្អែកលើលទ្ធផលនៃការធ្វើតេស្តទាំងនោះ។

• បើសិនជាលទ្ធផលតេស្តរបស់ខ្ញុំគឺអវិជ្ជមាន តើខ្ញុំគួរធ្វើអ្វីខ្លះ?

នៅពេលចេញពីផ្ទះរបស់អ្នក ចូរអនុវត្តតាមការរក្សាកំលាតសង្គមដែលបានណែនាំ ដោយស្ថិតនៅកំលាត 6



មេរោគកូរ៉ូណាប្រភេទថ្មី (COVID-19)

នាយកដ្ឋានសុខភាពសាធារណៈរបស់ខោនធី Los Angeles ការណែនាំដោយផ្អែកលើលទ្ធផលតេស្ត

ហ្វឹកពីអ្នកដទៃ និងប្រើក្រណាត់បាំងមុខនៅពេលអ្នកស្ថិតនៅក្នុងការប៉ះពាល់ជាមួយអ្នកដទៃនៅក្រៅផ្ទះ របស់អ្នក។ ជាការសំខាន់ដែលត្រូវកត់សម្គាល់ថា លទ្ធផលតេស្តអវិជ្ជមានអាចគ្រាន់តែមានន័យថា អ្នកមិន បានឆ្លងមេរោគនៅពេលធ្វើតេស្ត ប៉ុន្តែអ្នកនៅតែអាចឆ្លងមេរោគនៅពេលក្រោយដដែល ដូច្នេះវាជាការ សំខាន់ដែលត្រូវបន្តអនុវត្តវិធានការណ៍បង្ការ ដូចជាការរក្សាគម្លាតពីគ្នា និងការលាងដៃរបស់អ្នកឲ្យបាន ញឹកញាប់។

វាជាការសំខាន់ដែលត្រូវកត់សម្គាល់ថា បើសិនជាអ្នកគឺជាអ្នកប៉ះពាល់ទៅកាន់ករណីដែលបានសង្ស័យ ឬករណីវិជ្ជមាននៅពេលដែលអ្នកធ្វើតេស្ត អ្នកគួរតែស្ថិតនៅដាច់ពីគេរយៈពេល 14 ថ្ងៃពេញ ទោះបីជា លទ្ធផលតេស្តរបស់អ្នកចេញមកអវិជ្ជមានក៏ដោយ។ នេះគឺដោយសាររយៈពេលសម្រាប់មេរោគអាចមាន រហូតដល់ 14 ថ្ងៃ និងលុះត្រាតែអ្នកបានធ្វើតេស្តនៅថ្ងៃទី 14 បន្ទាប់ពីការប៉ះពាល់របស់អ្នក លទ្ធផលតេស្ត អវិជ្ជមានពីមុននៅក្នុងរយៈពេលនៅដាច់ដោយឡែក មិនមានន័យថាអ្នកមិនបានឆ្លងមេរោគនោះទេ។

• បើសិនជាលទ្ធផលតេស្តរបស់ខ្ញុំគឺវិជ្ជមាន តើខ្ញុំគួរធ្វើអ្វីខ្លះ?

ទោះបីជាអ្នកមិនមានរោគសញ្ញាក៏ដោយ បើសិនជាលទ្ធផលតេស្តរបស់អ្នកចេញមកវិជ្ជមាន អ្នកគួរតែស្ថិតនៅ ផ្ទះ និងឆ្ងាយពីសាធារណជនរយៈពេលយ៉ាងតិច 10 ថ្ងៃគិតពីថ្ងៃដែលអ្នកបានធ្វើតេស្ត។ នេះគឺដោយសារ អ្នកអាចចម្លងមេរោគទៅអ្នកដទៃបើទោះបីជាអ្នកមិនមានរោគសញ្ញាក៏ដោយ។

បើសិនជាអ្នកគឺជាអ្នកប៉ះពាល់ជាមួយករណីវិជ្ជមាននៅពេលដែលអ្នកបានធ្វើតេស្ត អ្នកអាចបញ្ចប់ ការដាក់ឲ្យនៅដាច់ដោយឡែកភ្លាមៗបន្ទាប់ពីអ្នកបានបំពេញរយៈពេល 10 ថ្ងៃគិតចាប់ពីថ្ងៃដែលអ្នកបានធ្វើ តេស្ត ទោះបីជាមុនពេលដែលរយៈពេលនៅដាច់ពីគេរបស់អ្នកចប់ក៏ដោយ ដរាបណាអ្នក នៅតែគ្មានរោគសញ្ញា។

• ខ្ញុំមិនមានរោគសញ្ញាទេ នៅពេលដែលខ្ញុំធ្វើតេស្តវិជ្ជមានសម្រាប់ជំងឺ COVID-19 ប៉ុន្តែ ខ្ញុំចេញរោគសញ្ញាក្នុងអំឡុងនៅដាច់ដោយឡែករបស់ខ្ញុំ។ តើខ្ញុំត្រូវស្ថិតនៅដាច់ដោយ ឡែកយូរជាងមុនមែនទេ?

ពេលវេលាត្រូវបានកំណត់ឡើងវិញ បើសិនជាអ្នកចេញរោគសញ្ញាក្នុងអំឡុងពេលនៅដាច់ដោយឡែករបស់អ្នក។ បើសិនជាអ្នកចេញរោគសញ្ញា អ្នកត្រូវតែស្ថិតនៅដាច់ដោយឡែកនៅផ្ទះយ៉ាងតិចបំផុត 1 ថ្ងៃបន្ទាប់ពីអាការៈ គ្រុនក្តៅរបស់អ្នកបានបាត់ទៅវិញដោយមិនប្រើថ្នាំបញ្ចុះកម្ដៅ និងមានការធូរស្បើយ សម្រាប់រោគសញ្ញាផ្លូវដង្ហើមរបស់អ្នក (ឧ. ក្អក ដកដង្ហើមខ្លី) និងយ៉ាងតិចបំផុត 10 ថ្ងៃ ចាប់ពីពេលដែល អ្នកចេញរោគសញ្ញាដំបូង។

បើអ្នកគឺជា អ្នកប៉ះពាល់ ជាមួយករណីដែលបានសង្ស័យ និង នៅដាច់ពីគេ នៅពេលដែលអ្នកចេញរោគសញ្ញា អ្នកត្រូវតែអនុវត្តតាមការណែនាំស្តីពីការដាក់ខ្លួនឲ្យនៅដាច់ដោយឡែកសម្រាប់មនុស្សដែលមានរោគសញ្ញា។

4. ខ្ញុំមានរោគសញ្ញា និងទើបតែត្រូវបានធ្វើតេស្តរកជំងឺ COVID-19 តើខ្ញុំគួរធ្វើអ្វីខ្លះ ខណៈពេលខ្ញុំរង់ចាំលទ្ធផលតេស្តរបស់ខ្ញុំ?

អ្នកគួរតែស្ថិតនៅផ្ទះ និងការពារអ្នកដទៃរហូតដល់ពេលចេញលទ្ធផលតេស្តរបស់អ្នក។ មើលការណែនាំ ស្វែងយល់អំពីរោគសញ្ញា និងអ្វីដែលត្រូវធ្វើបើសិនជាអ្នកឈឺនៅ ph.lacounty.gov/covidcare សម្រាប់ព័ត៌មានបន្ថែម។

• លទ្ធផលរបស់ខ្ញុំ គឺអវិជ្ជមាន តើខ្ញុំគួរធ្វើអ្វីខ្លះ?

បើសិនជាអ្នកមានរោគសញ្ញា ប៉ុន្តែមានលទ្ធផលតេស្តម៉ូលេគុលអវិជ្ជមានសម្រាប់ជំងឺ COVID-19 យើង សូមណែនាំឲ្យអ្នកស្ថិតនៅផ្ទះយ៉ាងតិចបំផុត 24 ម៉ោងបន្ទាប់ពីអាការៈគ្រុនក្តៅរបស់អ្នកបានបាត់ទៅវិញ ដោយមិនប្រើថ្នាំបញ្ចុះកម្ដៅ និងមានការធូរស្បើយសម្រាប់រោគសញ្ញារបស់អ្នក។ (មើល [គេហទំព័រអំពីការធ្វើតេស្ត](#) សុខភាពសាធារណៈសម្រាប់ព័ត៌មានលម្អិតអំពីការធ្វើតេស្តម៉ូលេគុល។)



មេរោគកូរ៉ូណាប្រភេទថ្មី (COVID-19)

នាយកដ្ឋានសុខភាពសាធារណៈរបស់ខោនធី Los Angeles ការណែនាំដោយផ្អែកលើលទ្ធផលតេស្ត

វាជាការសំខាន់ដែលត្រូវកត់សម្គាល់ថា បើសិនជាអ្នកគឺជាអ្នកប៉ះពាល់ជាមួយករណីវិជ្ជមាននៅពេលដែលអ្នកធ្វើតេស្ត អ្នកត្រូវតែស្ថិតនៅដាច់ពីគេរយៈពេល 14 ថ្ងៃពេញ ទោះបីជាលទ្ធផល តេស្តរបស់អ្នកគឺអវិជ្ជមានក៏ដោយ។

• លទ្ធផលរបស់ខ្ញុំគឺវិជ្ជមាន តើខ្ញុំគួរធ្វើអ្វីខ្លះ?

អ្នកគួរតែស្ថិតនៅដាច់ដោយឡែករហូតដល់យ៉ាងតិចបំផុត 1 ថ្ងៃ (24 ម៉ោង) បន្ទាប់ពីអាការៈគ្រុនក្តៅរបស់អ្នកបានបាត់ទៅវិញដោយមិនប្រើថ្នាំបញ្ចុះកម្ដៅ និងមានការធូរស្បើយសម្រាប់រោគសញ្ញារបស់អ្នក និងយ៉ាងតិចបំផុត 10 ថ្ងៃបានកន្លងផុតទៅ ចាប់ពីពេលដែលអ្នកចេញរោគសញ្ញាដំបូង។ សូមអនុវត្តតាមសេចក្តីណែនាំសម្រាប់ [ការដាក់ឱ្យនៅដាច់ដោយឡែកនៅផ្ទះ](#) ដែលមាននៅលើគេហទំព័រនាយកដ្ឋានសុខភាពសាធារណៈ។

ត្រូវប្រាកដថាប្រាប់អ្នកប៉ះពាល់ជិតស្និទ្ធរបស់អ្នកទាំងអស់ថា ពួកគេចាំបាច់ត្រូវនៅដាច់ដោយឡែករយៈពេល 14 ថ្ងៃបន្ទាប់ពីការប៉ះពាល់ចុងក្រោយរបស់គេជាមួយអ្នក។ សូមមើល [សេចក្តីបង្គាប់របស់មន្ត្រីសុខាភិបាលសម្រាប់ការនៅដាច់ពីគេនៅផ្ទះ](#)។

5. តើខ្ញុំនៅតែត្រូវស្ថិតនៅគំលាត 6 ហ្វីតពីអ្នកដទៃនិងពាក់ក្រណាត់បាំងមុខ ទោះបីបន្ទាប់ពីខ្ញុំចេញពីការនៅដាច់ពីគេ ឬការដាក់ឱ្យនៅដាច់ដោយឡែកក៏ដោយ មែនទេ?

ដោយសារយើងកំពុងរៀនសូត្របន្ថែមអំពីមេរោគកូរ៉ូណាប្រភេទថ្មីនេះ និងអំពីរយៈពេលយូរឬប៉ុណ្ណាដែលមនុស្សនៅតែអាចចម្លងមេរោគបាន ឬក្នុងទាំងអស់ត្រូវបានគម្របឱ្យស្ថិតនៅគំលាត 6 ហ្វីតពីអ្នកដទៃ និងពាក់ក្រណាត់បាំងមុខនៅទីសាធារណៈ មិនថាលទ្ធផលតេស្តរបស់ពួកគេយ៉ាងណា ឬមិនថាពួកគេត្រូវបានដាក់ឱ្យនៅដាច់ដោយឡែករួចហើយឬក៏អត់នោះទេ។