

មេរោគកូរ៉ូណាប្រភេទថ្មី (ជំងឺ COVID-19): ការណែនាំសម្រាប់អ្នកថែទាំ

ខ្លឹមសារសង្ខេបអំពីការកែប្រែនានានៅថ្ងៃទី១ ខែមីនា ឆ្នាំ២០២១

- ព័ត៌មានថ្មីដែលបានបន្ថែមសម្រាប់អ្នកដែលបានចាក់វ៉ាក់សាំងហើយ។

គម្រោង

បើសិនជាអ្នកកំពុងថែទាំអ្នកដែលមានហានិភ័យខ្ពស់ប្រឈមទៅនឹងជំងឺដែលបណ្តាលមកពីជំងឺ COVID-19 អ្នកគួរតែ៖

- ទាក់ទងទៅកាន់អ្នកផ្តល់ការថែទាំសុខភាពរបស់ពួកគេដើម្បីទទួលបានថ្នាំបន្ថែមទុកសម្រាប់ការណែនាំអ្នក និងមនុស្សជាទីស្រឡាញ់របស់អ្នកចាំបាច់ត្រូវនៅក្នុងផ្ទះមួយរយៈ។
- បើសិនជាអ្នកមិនអាចទទួលបានថ្នាំបន្ថែម សូមពិចារណាបញ្ជាទិញថ្នាំតាមប្រៃសណីយ៍។
- ត្រូវប្រាកដថាអ្នកមានថ្នាំគ្មានវេជ្ជបញ្ជានិងសម្ភារៈពេទ្យ (ក្រដាសអនាម័យ។ល។) ដើម្បីព្យាបាលជំងឺគ្រុនក្តៅនិងរោគសញ្ញាផ្សេងៗ។
- ត្រូវប្រាកដថាអ្នកមានសំភារៈពេទ្យគ្រប់គ្រាន់ (អុកស៊ីសែន, សំឡី, ឧបករណ៍បន្ស៊ូនូឈាម, សំភារៈថែទាំរបួស) និងបង្កើតគម្រោងត្រៀមដើម្បីទទួលបានបន្ថែម។
- ប្រាកដថាមនុស្សជាទីស្រឡាញ់របស់អ្នកកំពុងថែទាំមានអាហារដែលមិនរលួយក្នុងដៃ។
- កំណត់ថាតើនរណាអាចនឹងថែទាំមនុស្សជាទីស្រឡាញ់របស់អ្នក នៅពេលអ្នកឈឺ។ រក្សាទំនាក់ទំនងជាមួយអ្នកដទៃតាមរយៈទូរសព្ទ ឬអ៊ីម៉ែល។ អ្នកប្រហែលជាត្រូវការជំនួយពីមិត្តភក្តិ គ្រួសារ អ្នកជិតខាង បុគ្គលិកសុខាភិបាលតាមសហគមន៍។
- បង្កើតបញ្ជីលេខទូរសព្ទទំនាក់ទំនងបន្ទាន់។

ត្រូវមានការប្រុងប្រយ័ត្ន

- អ្នកនិងមនុស្សជាទីស្រឡាញ់របស់អ្នក គួរតែពាក់ម៉ាស់ក្រណាត់ទាំងពីរអ្នក។ ម៉ាស់ក្រណាត់គឺជារត្នដែលគ្របលើមាត់និងច្រមុះរបស់អ្នកបានជិតល្អហើយត្រូវលុបម៉ាស់នៅចំហៀងមុខនិងក្រោមចង្ការបស់អ្នក។ វាក៏គួរតែត្រូវបានផលិតឡើងពីក្រណាត់ក្បាញយ៉ាងណែនដែលមានពីរស្រទាប់ឡើងទៅ ដោយមានខ្សែចងឬខ្សែព័ទ្ធជុំវិញក្បាល ឬខាងក្រោយត្រចៀករបស់អ្នក។ (មើលព័ត៌មានបន្ថែមទៀតស្តីពីម៉ាស់នៅចុងបញ្ចប់នៃផ្នែកនេះ។)
- រក្សាអនាម័យមជ្ឈដ្ឋានថែទាំរបស់អ្នក។ សម្អាតនិងកំចាត់មេរោគឲ្យបានញឹកញាប់ចំពោះសំភារៈដែលបានប៉ះជាញឹកញាប់ និងផ្ទៃវត្ថុដទៃទៀត (ដូចជាតុ ដៃទ្វារ កុងតាក់ភ្លើង បង្កាន់ដៃ តុការិយាល័យ បង្គន់ កន្លែងបើក/បិទទឹក ឡាបូ និងទូរសព្ទដៃ)។ មើលគ្រង EPA- សារធាតុសម្លាប់មេរោគមានចុះបញ្ជីត្រឹមត្រូវដែលកំចាត់ជំងឺ COVID-19។
- លាងសម្អាតដៃរបស់អ្នកញឹកញាប់ជាមួយនិងសាប៊ូនិងទឹកយ៉ាងតិចណាស់ឲ្យបានម្តង 20វិនាទីជាពិសេសក្រោយពេលញឹកញាប់ ក្នុង ឬកណ្តាល ឬទៅកន្លែងសាធារណៈ។
- បើគ្មានសាប៊ូនិងទឹក ប្រើទឹកលាងដៃដែលមានជាតិអាល់កុលយ៉ាងតិច 60%។
- ជៀសវាងការប៉ះផ្ទៃមុខ ច្រមុះ និងភ្នែករបស់អ្នក។
- បើសិនជាអាច ជៀសវាងការប៉ះផ្ទៃវត្ថុដែលប៉ះពាល់ញឹកញាប់នៅក្នុងទីសាធារណៈ ដូចជាប៉ូតុងចុចក្នុងជណ្តើរយន្ត បង្កាន់ដៃទ្វារ បង្កាន់ដៃ ការចាប់ដៃគ្នាជាដើម។ ប្រើក្រដាសអនាម័យឬដៃអារដើម្បីគ្របដៃឬម្រាមដៃរបស់អ្នក បើសិនជាអ្នក ត្រូវប៉ះពាល់អ្វីម្យ៉ាង។

- បើសិនជាត្រូវការអាហារបន្ថែម សូមពិចារណាអំពីរបៀបក្នុងការបង្ហាញឱ្យនាំយកអាហារទៅផ្ទះ តាមរយៈបណ្តាញគ្រួសារ សង្គម ឬពាណិជ្ជកម្ម។

អ្នកមើលថែទាំ

- យកចិត្តទុកដាក់ចំពោះអាការៈសំខាន់ៗមានដូចជាក្តៅខ្លួន ក្អក និង ពិបាកដកដង្ហើម។ បើសិនជាអ្នកមានអារម្មណ៍ថាមានអាការៈទាំងនោះ សូមទូរសព្ទទៅគ្រូពេទ្យរបស់អ្នក។
- បើសិនជាមនុស្សជាទីស្រឡាញ់របស់អ្នកមានសញ្ញាព្រមានសង្គ្រោះបន្ទាន់នៃជំងឺ COVID-19 សូម ទទួលបានការថែទាំព្យាបាលវេជ្ជសាស្ត្រភ្លាមៗ។ សម្រាប់មនុស្សពេញវ័យ សញ្ញាព្រមានសង្គ្រោះ បន្ទាន់រួមមាន៖
 - ពិបាកដកដង្ហើម ឬ ថប់ដង្ហើម
 - មានការឈឺចាប់ ឬ តឹងរ៉ឹងណែនក្នុងទ្រូង
 - មានការវង្វេង ឬ អសមត្ថភាពលើអ្វីមួយកើតឡើង
 - មុខឬមាត់ឡើងខៀវ

(ក្នុងនេះមិនបានរាប់បញ្ចូលទាំងអស់ទេ។ សូមពិភាក្សាជាមួយនឹងអ្នកផ្តល់ការថែទាំសុខភាពរបស់អ្នក ចំពោះអាការៈផ្សេងទៀតដែលមានភាពធ្ងន់ធ្ងរ និងមានការព្រួយបារម្ភ។)

បើសិនជាមនុស្សជាទីស្រឡាញ់របស់អ្នកមានជំងឺឆ្លងផ្លូវដង្ហើម

- បើសិនជាមានអ្នកណាម្នាក់មានរោគសញ្ញានានា សូមធ្វើតាមការណែនាំរបស់ CDC [នៅក្នុង ការថែទាំអ្នកជំងឺនៅផ្ទះ](#) ទៅដល់សមាជិកគ្រួសារ ដៃគូជិតស្និទ្ធ និងអ្នកមើលថែទាំក្នុងកន្លែងដែលមន្ទីរថែទាំសុខភាពសម្រាប់អ្នកជំងឺ COVID-19 លេចចេញ រោគសញ្ញាដែលមានការបញ្ជាក់ដោយមន្ទីរពិសោធន៍ ឬអ្នកជំងឺដែលស្ថិតក្រោមការតាមដាន។
- ត្រូវប្រាកដថាកន្លែងដែលអ្នកផ្តល់ការថែទាំនោះ មានខ្យល់ចេញចូលគ្រប់គ្រាន់ ដូចជា ម៉ាស៊ីនត្រជាក់ ឬមានបង្ហួច អាកាសធាតុអំណោយផល។
- មានការប៉ះពាល់ក្នុងកម្រិតតិចតួច និងរក្សាកម្លាតឆ្ងាយពីមនុស្សជាទីស្រឡាញ់ របស់អ្នកតាមដែលអាចធ្វើបាន ហើយបន្តផ្តល់ការថែទាំ។
 - កាត់បន្ថយការជញ្ជូនរបស់ប្រើប្រាស់ផ្សេងៗរវាងអ្នកនិងមនុស្សជាទីស្រឡាញ់របស់អ្នក ដោយប្រើថាសអាហារ ជាជាងប្រគល់និងប្រមូលរបស់ទាំងនោះម្តងមួយ។
 - ប្រគល់ឧបករណ៍វាស់កម្ដៅឱ្យពួកគាត់ ជាជាងដាក់វាក្នុងមាត់របស់ពួកគេ។
 - ឈរក្នុងចម្ងាយប្រាំមួយហ្វីត (ពីរម៉ែត្រ) នៅពេលនិយាយជាមួយពួកគាត់។
- ក្នុងអំឡុងពេលមានជំងឺ បើសិនជាអាចធ្វើបាន សូមដាក់មនុស្សជាទីស្រឡាញ់របស់អ្នក ក្នុងបន្ទប់មួយ ហើយបើអាចធ្វើបាន សូមឱ្យបន្ទប់ទឹកមួយដាច់តែឯងឱ្យពួកគាត់ប្រើប្រាស់។
- នៅពេលសម្អាតបន្ទប់ពួកគេ សូមប្រាកដថាត្រូវកម្លាតមេរោគ និងដុសគ្រប់កន្លែង មុននឹងអនុញ្ញាតឱ្យសមាជិកគ្រួសារប្រើប្រាស់បន្ទប់នោះម្តងទៀត។

Centers for Disease Control and Prevention (CDC, មជ្ឈមណ្ឌលគ្រប់គ្រងនិងបង្ការជំងឺ) ទើបតែបានប្រកាសការណែនាំថ្មីអំពីបុគ្គលដែលបានទទួលការចាក់វ៉ាក់សាំងពេញលេញដែលបានប៉ះពាល់ទៅនឹងអ្នកដែលមានជំងឺ COVID-19 **មិន** តម្រូវឱ្យធ្វើចត្តាឡីស័កទេ ប្រសិនបើពួកគាត់មានលក្ខណៈវិនិច្ឆ័យដូចខាងក្រោម៖

- ទទួលបានការចាក់វ៉ាក់សាំងគ្រប់ចំនួន (រយៈពេល 2សប្តាហ៍ឡើងទៅ បន្ទាប់ពី ទទួលបានដូសទីពីរនៅក្នុងចំណោមដូសថ្នាំ 2-ដូស ឬ 2សប្តាហ៍ឡើងទៅ បន្ទាប់ពីដូសថ្នាំមួយដូស នៃវ៉ាក់សាំងដែលមានតែមួយដូស)។
- មិនមានរោគសញ្ញាណាមួយ បន្ទាប់ពីការប៉ះពាល់ទៅជំងឺ COVID-19 ថ្មីៗនេះ។

អ្នកដែលបានទទួលការចាក់វ៉ាក់សាំងគ្រប់ចំនួន គួរតែបន្តតាមដានរោគសញ្ញាក្នុងពេល 14ថ្ងៃក្រោយមានការប៉ះពាល់។ ពួកគាត់គួរតែបន្តពាក់ម៉ាស់ អនុវត្តកម្លាតសង្គម និងរក្សាការប្រាស្រ័យទាក់ទងសង្គមក្នុងទ្រង់ទ្រាយតូច។

ការលើកលែងតែមួយគត់ពីការណែនាំនេះ គឺអ្នកជំងឺក្នុង និងអ្នកស្នាក់នៅក្នុងមជ្ឈដ្ឋានថែទាំសុខភាពដែលបានទទួលការចាក់វ៉ាក់សាំងរួច គួរតែបន្តធ្វើចត្តាឡីស័កក្រោយពេលដែលបានប៉ះពាល់ទៅនឹងអ្នកជំងឺ COVID-19។

បុគ្គលដែលមិនស្ថិតនៅក្នុងលក្ខណៈវិនិច្ឆ័យទាំងពីរខាងលើ គួរតែបន្តធ្វើតាម [ការណែនាំក្នុងការធ្វើតេស្តឡីស៊ីសបច្ចុប្បន្ន](#) (ជាភាសាអង់គ្លេសតែប៉ុណ្ណោះ) បន្ទាប់ពីបានប៉ះពាល់ទៅនឹងអ្នកដែលមានការសង្ស័យ ឬរកឃើញថាមានជំងឺ COVID-19។

នៅពេលដែលអ្នកបានចាក់វ៉ាក់សាំងគ្រប់ចំនួន

អ្នកដែលត្រូវបានចាត់ទុកថាបានចាក់វ៉ាក់សាំងគ្រប់ចំនួន៖

- 2សប្តាហ៍បន្ទាប់ពីទទួលវ៉ាក់សាំងដូសទីពីររបស់ពួកគេនៅក្នុងចំណោមសេរីវ៉ាក់សាំងទាំង 2ដូស ដូចជាវ៉ាក់សាំង Pfizer ឬ វ៉ាក់សាំង Moderna ឬ
- 2សប្តាហ៍បន្ទាប់ពីទទួលវ៉ាក់សាំងមួយដូស ដូចជាវ៉ាក់សាំង Janssen របស់ Johnson & Johnson សម្គាល់៖ ប្រសិនបើវាមានរយៈពេលតិចជាង 2សប្តាហ៍គិតចាប់ពីអ្នកទទួលបានការចាក់វ៉ាក់សាំងរួច ឬប្រសិនបើអ្នកនៅតែត្រូវការចាក់វ៉ាក់សាំងលើកទី2 អ្នកមិនទទួលបានការការពារពេញលេញទេ។ សូមបន្តអនុវត្តវិធានការបង្ការទាំងអស់រហូតទាល់តែអ្នកទទួលបានការចាក់វ៉ាក់សាំងបានគ្រប់ចំនួន។

ប្រសិនបើអ្នកបានចាក់វ៉ាក់សាំងគ្រប់ចំនួន៖

- អ្នកអាចជួបជុំនៅទីតាំងក្នុងអគារមួយជាមួយអ្នកដែលបានចាក់វ៉ាក់សាំងគ្រប់ចំនួន ដោយមិនចាំបាច់ពាក់ម៉ាស់ទេ។
- អ្នកអាចជួបជុំនៅទីតាំងក្នុងអគារជាមួយអ្នកដែលមិនបានចាក់វ៉ាក់សាំង មកពីគ្រួសារមួយផ្សេងទៀត (ឧទាហរណ៍ ទៅលេងសាច់ញាតិដែលរស់នៅជាមួយគ្នា) ដោយមិនពាក់ម៉ាស់លើកលែងតែមនុស្សទាំងនោះឬនរណាម្នាក់ដែលពួកគេរស់នៅជាមួយមាន [ហានិភ័យខ្ពស់ប្រឈមទៅនឹងជំងឺជួនជុរណាមកពីជំងឺ COVID-19](#) ។
- ប្រសិនបើអ្នកបាននៅក្បែរអ្នកដែលមានជំងឺ COVID-19 អ្នកមិនចាំបាច់នៅឆ្ងាយពីអ្នកដទៃឬធ្វើតេស្តទេ លើកលែងតែអ្នកមានរោគសញ្ញា។
 - ប៉ុន្តែប្រសិនបើអ្នករស់នៅទីកន្លែងជាក្រុម (ដូចជាមណ្ឌលកែប្រែ ឬមណ្ឌលឃុំឃាំង ឬមជ្ឈមណ្ឌលរស់នៅជុំគ្នា) និងនៅក្បែរអ្នកដែលមានជំងឺ COVID-19 ពេលនោះ អ្នកគួរតែបន្តនៅឆ្ងាយពីអ្នកដទៃរយៈពេល 14ថ្ងៃ ហើយធ្វើតេស្តទោះបីអ្នកមិនមានរោគសញ្ញាក៏ដោយ។

មិនគិតពីស្ថានភាពចាក់វ៉ាក់សាំងរបស់អ្នកទេ

អ្នកនៅតែគួរចាត់វិធានការដើម្បីការពារខ្លួនអ្នកនិងអ្នកដទៃពេលស្ថិតនៅទីសាធារណៈ។ នេះរួមបញ្ចូលទាំងការពាក់ម៉ាស់ ការរក្សាគម្លាតយ៉ាងហោចណាស់ប្រាំមួយហ្វីត (ឬពីរម៉ែត្រ) ពីអ្នកដទៃ និងជៀសវាងកន្លែងដែលមានមនុស្សច្រើន និងមានខ្យល់ចេញចូលមិនគ្រប់គ្រាន់។ លើសពីនេះទៀត អ្នកគួរតែបន្តជៀសវាងការជួបជុំទ្រង់ទ្រាយមធ្យម ឬធំ ហើយត្រូវបន្តតាមដាន [រោគសញ្ញានៃជំងឺ COVID-19](#) ជាពិសេសប្រសិនបើអ្នកនៅក្បែរអ្នកដែលឈឺ។

ប្រភព៖ [Centers for Disease Control and Prevention](#)។

ព័ត៌មានបន្ថែមអំពីការពាក់ម៉ាស់

ម៉ាស់ការពារបន្ថែម ដូចជាម៉ាស់ ឬ ម៉ាស៊ីនដកដង្ហើមសិប្បនិម្មិត អាចនឹងតម្រូវចាំបាច់នៅកន្លែងធ្វើការ។ របាំងមុខដែលមានរនាំងពីក្រោម អាចត្រូវបានប្រើប្រាស់ដោយមនុស្សដែលមានស្ថានភាពផ្នែកលូតលាស់ អាគប្បកិរិយា និងវេជ្ជសាស្ត្របង្ការពួកគេមិនឲ្យពាក់ម៉ាស់។ របាំងមុខក៏អាចត្រូវបានប្រើប្រាស់ផងដែរដោយកុមារនៅក្នុងមណ្ឌលថែទាំកុមារ ជុំវិញទាំកុមារនៅពេលថ្ងៃ និងទីកន្លែងសិក្សាពិជ្ជាកមត្តេយ្យដល់ថ្នាក់ទី12។

ការណែនាំពី Centers for Disease Control and Prevention (CDC) [ណែនាំអំពីយុទ្ធសាស្ត្រ](#) ដើម្បីកែលម្អការពាក់ម៉ាស់ឲ្យបានត្រឹមត្រូវ ដើម្បីកាត់បន្ថយការរីករាលដាលនៃជំងឺ COVID-19 ឲ្យមានប្រសិទ្ធភាព។ យុទ្ធសាស្ត្រទាំងនេះរួមមានការពាក់ម៉ាស់មុខធ្វើពីក្រណាត់ពីលើម៉ាស់តាមនីតិវិធីវេជ្ជសាស្ត្រ ការចងខ្សែព័ទ្ធត្រចៀកនៃម៉ាស់តាមនីតិវិធីវេជ្ជសាស្ត្រដោយប្រើឧបករណ៍តម្រងម៉ាស់ ឬការ

ប្រើប្រាស់នីតិវិធីគ្រប់លើម៉ាស់។ លើសពីនេះទៀត Department of Health (DOH, ក្រសួងសុខាភិបាល) មិនណែនាំឱ្យប្រើម៉ាស់ដែលមានសន្ទះឬនូវខ្យល់ដង្ហើមចេញ ឬកូនកន្សែងនិងស្រោមការពារដែលមានតែ មួយស្រទាប់នោះទេ។ សំខាន់បំផុតគ្រូពាក់ម៉ាស់នៅគ្រប់ទីកន្លែងសាធារណៈ រួមជាមួយនឹង ការបន្តអនុវត្តវិធានការសុខភាពសាធារណៈប្រកបដោយប្រសិទ្ធភាព ដូចជាការចាក់វ៉ាក់សាំង ការរក្សា គម្លាតឆ្ងាយពីគ្នា អនាម័យដៃ និងការនៅដាច់គែង និងការធ្វើចត្តាឡីស័ក។

ព័ត៌មាននិងប្រភពធនធានបន្ថែមពាក់ព័ន្ធនឹងជំងឺ COVID-19

បន្តទទួលបានបច្ចុប្បន្នភាពថ្មីលើស្ថានភាពជំងឺ COVID-19 បច្ចុប្បន្ននៅវ៉ាស៊ីនតោន, [ប្រកាសរបស់លោកអភិបាល Inslee, រោគសញ្ញា](#) (ជាភាសាអង់គ្លេសតែប៉ុណ្ណោះ) [របៀបដែលវារីករាលដាល](#) (ជាភាសាអង់គ្លេសតែប៉ុណ្ណោះ) និងរបៀបនិងពេលវេលាដែលមនុស្សគ្រូតែធ្វើតេស្ត (ជាភាសាអង់គ្លេសតែប៉ុណ្ណោះ)។ សូមមើល [សំណួរចោទសួរជាញឹកញាប់](#) (ជាភាសាអង់គ្លេសតែប៉ុណ្ណោះ) សម្រាប់ព័ត៌មានបន្ថែម។

ពូជសាសន៍/ជនជាតិ ឬសញ្ជាតិរបស់មនុស្សម្នាក់ៗតែមួយមិនធ្វើឱ្យពួកគេប្រឈមនឹងហានិភ័យខ្ពស់នៃ COVID-19 ឡើយ។ ប៉ុន្តែទិន្នន័យបង្ហាញថាសហគមន៍សម្បូរខ្មៅកំពុងរងផលប៉ះពាល់មិនសមាមាត្រពី COVID-19។ នេះដោយសារតែផលប៉ះពាល់នៃការរើសអើងជាតិសាសន៍ និងជាពិសេសការរើសអើងជាតិសាសន៍ជារចនាសម្ព័ន្ធ ដែលទុកឱ្យក្រុមជាតិសាសន៍ខ្លះមានឱកាសតិចតួចក្នុងការការពារខ្លួននិងសហគមន៍របស់ពួកគេ។ [ពាក្យបង្គាប់បង្ខំចិត្តនិងមិនជួយដល់ការប្រយុទ្ធប្រឆាំងនឹងជំងឺនោះទេ](#) (ជាភាសាអង់គ្លេសតែប៉ុណ្ណោះ)។ ចែករំលែកតែព័ត៌មានត្រឹមត្រូវដើម្បីទប់ស្កាត់ពាក្យចោមអារាម និងព័ត៌មានមិនពិតកុំឱ្យរីករាលដាល បាន។

- [WA State Department of Health ការផ្ទុះឡើងនៃវីរុសកូរ៉ូណាប្រភេទថ្មី ឆ្នាំ2019 \(COVID-19\)](#) (ជាភាសាអង់គ្លេសតែប៉ុណ្ណោះ)
- [ការឆ្លើយតបចំពោះវីរុសកូរ៉ូណា \(COVID-19\) របស់រដ្ឋ WA](#)
- [ស្វែងរកក្រសួងសុខាភិបាលក្នុងតំបន់ ឬមណ្ឌលរបស់អ្នក](#) (ជាភាសាអង់គ្លេសតែប៉ុណ្ណោះ)
- [CDC វីរុសកូរ៉ូណា \(COVID-19\)](#)
- [ធនធាន ស្តីពីការកាត់បន្ថយពាក្យបង្គាប់បង្ខំចិត្ត](#) (ជាភាសាអង់គ្លេសតែប៉ុណ្ណោះ)

មានសំណួរបន្ថែមអំពីជំងឺ COVID-19 មែនទេ? ទូរសព្ទមកកាន់ខ្សែទូរសព្ទពិសេសរបស់យើង៖ **1-800-525-0127**, ពីថ្ងៃចន្ទ - ថ្ងៃសុក្រ (បើកដំណើរការពីម៉ោង 6 ព្រឹកដល់ម៉ោង 10 យប់) មានសំណួរបន្ថែមទៀត? ទូរសព្ទមកខ្សែទូរសព្ទបន្ទាន់ផ្នែកព័ត៌មានអំពីជំងឺ COVID-19 របស់យើង៖ 1-800-525-0127 ថ្ងៃចន្ទពីម៉ោង 6 ព្រឹកទៅ 10 យប់ ថ្ងៃអង្គារដល់ថ្ងៃអាទិត្យ និងលើកលែង តែថ្ងៃឈប់សម្រាករបស់រដ្ឋចាប់ពីម៉ោង 6 ព្រឹកទៅ 6 ល្ងាច។ សម្រាប់សេវាកម្មបកប្រែភាសា សូមចុចសញ្ញា # នៅពេលដែលមានអ្នកលើកទូរសព្ទ ហើយនិយាយភាសារបស់អ្នក។ សម្រាប់សំណួរអំពីសុខភាពផ្ទាល់ខ្លួន របស់អ្នក ការធ្វើតេស្តជំងឺ COVID-19 ឬលទ្ធផលធ្វើតេស្ត សូមទាក់ទងទៅកាន់អ្នកផ្តល់សេវាថែទាំសុខភាព របស់អ្នក។

ដើម្បីស្នើសុំឯកសារនេះជាទម្រង់ផ្សេងទៀត សូមទូរសព្ទទៅលេខ1-800-525-0127។ អតិថិជនស្តាប់មិនឮ ឬស្តាប់មិនសូវឮ សូមទូរសព្ទទៅលេខ 711 ([Washington Relay](#)) (ជាភាសាអង់គ្លេសតែប៉ុណ្ណោះ) ឬអ៊ីម៉ែល civil.rights@doh.wa.gov។