

Thông tin về COVID-19

Cập nhật ngày 27 tháng 01 năm 2022

Nhấp vào một trong các liên kết bên dưới để chuyển ngay đến bất kỳ chủ đề nào trong tài liệu này:

[Thông tin Chung](#)

[Phòng tránh](#)

[Hướng dẫn về Khẩu trang](#)

[Vắc xin và Mũi tiêm Tăng cường](#)

[Quyền của Quý vị](#)

[Giáo dục](#)

[Việc làm](#)

Thông tin Chung

Quý vị có thể tham khảo thông tin mới nhất về COVID-19 trên trang web về COVID-19 của Tiểu bang:

www.covid19.ca.gov

Thông tin trên trang web về COVID-19 của Tiểu bang bao gồm:

- Thông tin và chi tiết về các xét nghiệm, ca bệnh, ca nhập viện và ca tử vong
- Thông tin về việc làm thế nào để được tiêm vắc xin hoặc tiêm mũi tiêm tăng cường và nơi để thực hiện việc đó
- Toàn bộ các quy tắc, hướng dẫn mới nhất, các lời khuyên về đi lại và các bộ công cụ trên mạng xã hội dành cho các tổ chức và nhiều thông tin khác

Để biết thông tin và nếu có câu hỏi về COVID-19, hãy gọi đến số 833-422-4255. Sẽ có người trực trả lời đường dây này từ Thứ Hai đến Thứ Sáu, từ 8h00 sáng đến 8h00 chiều và vào cuối tuần, từ 8h00 sáng đến 5h00 chiều.

Một số quận áp dụng các quy tắc khác nhau về việc đeo khẩu trang, sử dụng không gian công cộng và đi lại. Quý vị có thể tìm liên kết dẫn đến sở y tế công cộng thuộc quận của quý vị để biết thêm thông tin từ trang này:

<https://www.cdph.ca.gov/Pages/LocalHealthServicesAndOffices.aspx>.

Chúng tôi đã và đang thu thập dữ liệu về số ca bệnh, số ca tử vong và việc tiêm vắc xin ở những người sử dụng dịch vụ của các trung tâm khu vực, dựa trên những gì đã được báo cáo cho các trung tâm khu vực:

<https://www.dds.ca.gov/corona-virus-information-and-resources/data/>

[Lưu ý: Vì phần lớn nội dung báo cáo là không bắt buộc, vui lòng hãy đọc các cước chú]

Phòng tránh COVID-19

Quý vị có thể giúp ngăn chặn sự lây lan của COVID-19 bằng cách:

- Ở nhà nếu quý vị thấy không được khỏe
- Rửa tay thường xuyên bằng xà phòng và nước ấm
- Đeo khẩu trang khi ở gần người khác.
- Giữ khoảng cách sáu feet (gần 2m) với người khác (giãn cách xã hội)
- Tiêm vắc xin đầy đủ và tiêm các mũi tiêm tăng cường được khuyến cáo

Trao đổi với người khác, bao gồm cả gia đình và bạn bè, về lợi ích của việc tiêm vắc xin ngừa COVID-19 có thể là việc rất khó khăn. Cố gắng lắng nghe mà không phán xét và tìm hiểu lý do khiến họ lo lắng. Những điều quý vị cần ghi nhớ để giúp quý vị trao đổi với người khác về vắc xin:

- Lắng nghe câu hỏi mà không phán xét
- Đặt các câu hỏi mở để tìm hiểu mối lo của họ
- Xin phép chia sẻ thông tin
- Giúp họ tự tìm thấy lý do để tiêm vắc xin
- Giúp hiện thực hóa việc tiêm vắc xin cho họ

Hướng dẫn về Khẩu trang

Hướng dẫn mới nhất về khẩu trang yêu cầu mọi người ở Tiểu bang California đều phải đeo khẩu trang tại các khu vực công cộng trong nhà và ở nơi làm việc cho đến ngày 15 tháng 2 năm 2022. Sau ngày đó, vui lòng tham khảo trang web này <https://covid19.ca.gov/masks-and-ppe/> để biết thông tin mới nhất.

Những người sau đây được miễn không phải đeo khẩu trang mọi lúc:

- Người dưới 2 tuổi. Trẻ còn quá nhỏ không phải đeo khẩu trang vì dễ có nguy cơ bị ngạt
- Người có bệnh lý nền, bệnh tâm thần hoặc bị tàn tật cản trở việc đeo khẩu trang. Quy định này bao gồm cả những người có bệnh lý nền trong đó việc đeo khẩu trang có thể khiến họ bị ngạt thở hoặc những người bị bất tỉnh, bất lực hoặc không có khả năng tháo khẩu trang nếu không có người hỗ trợ
- Người bị suy giảm thính lực hoặc nói chuyện với một người bị suy giảm thính lực, trong đó khả năng nhìn thấy miệng có vai trò quan trọng đối với hoạt động giao tiếp
- Người có thể gặp phải rủi ro liên quan đến công việc của họ nếu đeo khẩu trang, theo kết quả xác định của các nhà quản lý địa phương, tiểu bang hay liên bang hoặc các hướng dẫn an toàn ở nơi làm việc

Vắc xin và Mũi tiêm Tăng cường

Vắc xin ngừa COVID-19 an toàn và hiệu quả. Tiêm ngừa vắc xin giúp bảo vệ sinh mạng cũng như giúp giảm thiểu số ca nhập viện và tử vong. Các nhà khoa học, chính phủ liên bang và tập thể các chuyên gia ở một số bang bờ Tây đảm bảo mỗi loại vắc xin đều an toàn khi sử dụng. Hàng triệu người dân ở California và Hoa Kỳ đã được tiêm ngừa vắc xin COVID-19 an toàn.

Để đặt lịch tiêm vắc xin, quý vị có thể:

- Tham khảo bác sĩ chăm sóc chính hoặc chương trình bảo hiểm sức khỏe của quý vị
- Đến một điểm tiêm chủng tại địa phương như CVS, Walgreens, RiteAid, Walmart, Albertsons/Safeway, một số phòng khám chăm sóc y tế hoặc chăm sóc khẩn cấp, các điểm tiêm chủng trực tiếp trên xe ô tô và các địa điểm khác. Tất cả các địa điểm này đều thực hiện tiêm vắc xin
- Đăng ký lịch tiêm tại địa chỉ <https://myturn.ca.gov>. hoặc gọi đến số 833-422-4255. Tùy chọn nào cũng đều cho phép quý vị đặt lịch tiêm ở bất kỳ nơi nào của Tiểu bang, bằng khoảng 250 ngôn ngữ. Bao gồm cả các địa điểm vĩnh viễn, các phòng khám sử dụng một lần dành cho các nhóm người và có thể hỗ trợ việc đi lại và/hoặc các tùy chọn tiêm tại nhà. Quý vị có thể tiêm cả vắc xin ngừa COVID-19 và cảm cúm tại đây.
- Trang web của liên bang, <https://www.vaccines.gov/>, cũng có thể giúp quý vị tìm vắc xin ngừa COVID-19 cảm cúm.

Bảo hiểm sức khỏe hay trạng thái cư trú của quý vị không ảnh hưởng gì cả. Sẽ chẳng có ai hỏi về trạng thái cư trú của quý vị khi quý vị đi tiêm vắc xin cả.

Bảng trong liên kết trang web bên dưới hiển thị những người hội đủ điều kiện được tiêm vắc xin. Bất kỳ người nào đủ 5 tuổi trở lên đều được tiêm vắc xin:

<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/vaccines/recommendations/children-teens.html>

Không tiêm vắc xin khi quý vị đang mắc COVID-19. Hãy chờ đến khi quý vị bình phục và đáp ứng các tiêu chí kết thúc cách ly y tế. Hướng dẫn này cũng áp dụng cho những người bị mắc COVID-19 trong thời gian giữa mũi tiêm thứ nhất và thứ hai.

Mặc dù cơ thể của quý vị có khả năng chống lây nhiễm COVID-19 tốt hơn sau khi quý vị đã mắc COVID-19, việc tiêm vắc xin và tiêm mũi tiêm tăng cường sẽ giúp bảo vệ tốt hơn. Quý vị sẽ được bảo vệ tốt hơn trước COVID-19 bằng cách tiêm vắc xin.

Để giúp quý vị chọn vắc xin từ các loại vắc xin hiện có, vui lòng tham khảo thông tin tại đây:

<https://www.cdph.ca.gov/Programs/CID/DCDC/CDPH%20Document%20Library/COVID-19/Which-Vaccine-is-Right-for-Me-Fact-Sheet.pdf>

Mọi người đều phải đưa ra ý kiến đồng thuận trước khi tiêm vắc xin. Đơn vị tiêm vắc xin/tiêm mũi tiêm tăng cường phải lấy ý kiến đồng thuận (dạng văn bản, qua điện thoại

hoặc bằng video) từ phụ huynh, người bảo trợ hoặc người có quyền nuôi con khác trước khi tiêm vắc xin cho người dưới 18 tuổi. Trẻ vị thành niên được giải phóng hợp pháp khỏi sự kiểm soát/trông nom của phụ huynh/người bảo trợ là trường hợp ngoại lệ của yêu cầu này.

Nếu hệ miễn dịch của cơ thể quý vị bị ảnh hưởng bởi các bệnh lý khác, vui lòng xem các thông tin bổ sung này:

<https://www.cdph.ca.gov/Programs/CID/DCDC/Pages/COVID-19/ThirdVaccineDoseQandA.aspx>

Một số người không có tác dụng phụ nào sau khi tiêm vắc xin hoặc tiêm mũi tiêm tăng cường. Một số tác dụng phụ đã biết của vắc xin thường nhẹ và có thể bao gồm: sốt, ớn lạnh, đau cánh tay hoặc sưng chỗ tiêm và cảm thấy mệt. Các tác dụng phụ này sẽ hết sau một vài giờ hoặc một vài ngày. Người có tiền sử bị dị ứng khi tiêm vắc xin cảm cúm hoặc các vắc xin khác cần trao đổi với bác sĩ trước khi tiêm vắc xin COVID-19.

Cục Quản lý Thực phẩm và Dược phẩm Hoa Kỳ (FDA) đã phê duyệt phác đồ điều trị cho những người bị COVID-19 ở mức trung bình nhưng có nguy cơ mắc bệnh cao (do tuổi tác hoặc bệnh lý nền của họ) và cần phải nhập viện.

Với người có nguy cơ mắc bệnh cao, FDA đã ban hành Giấy phép Sử dụng Khẩn cấp (EUA) cho một số phác đồ điều trị COVID-19, bao gồm thuốc kháng sinh đơn dòng và thuốc kháng vi rút đường uống:

<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/your-health/treatments-for-severe-illness.html>

Thông tin khác:

1. Nếu quý vị có câu hỏi về quý vị và về vắc xin, hãy trao đổi với bác sĩ.
2. Chẳng có loại vắc xin nào, cho bất kỳ bệnh nào, là hiệu quả 100% cả. Vắc xin dạy cho cơ thể quý vị biết cách nhận diện và chống lại một loại vi rút hoặc bệnh. Mất khoảng hai tuần để vắc xin có hiệu quả bảo vệ đầy đủ.
3. Không có vắc xin nào khiến quý vị bị nhiễm COVID và chúng không khiến quý vị có kết quả xét nghiệm dương tính với vi rút.
4. Tiêm vắc xin vẫn an toàn nếu quý vị đang mang thai.
5. Trong vắc xin không có vi mạch, pin và thiết bị theo dõi.

Quyền của Quý vị

Người sử dụng dịch vụ của trung tâm khu vực có một số quyền nhận dịch vụ và lựa chọn dịch vụ chăm sóc y tế, trừ khi họ có một người được ủy quyền hợp pháp để làm việc đó thay cho họ. Nếu quý vị cho rằng mình đang bị từ chối các quyền này, Văn phòng Tư vấn Quyền của Khách hàng (OCRA) có thể giúp quý vị. Quý vị có thể gọi điện cho họ theo số:

- Đối với Bắc California, 1-800-390-7032 (TTY 877-669-6023)
- Đối với Nam California, 1-866-833-6712 (TTY 877-669-6023)

- Hoặc quý vị có thể gọi điện trực tiếp cho luật sư phụ trách trung tâm khu vực của quý vị theo số được ghi trên trang web cung cấp liên kết về nhân viên của OCRA: <https://www.disabilityrightsca.org/what-we-do/programs/office-of-clients-rights-advocacy-ocra>

Giáo dục

Trung tâm Kiểm soát và Phòng ngừa Dịch bệnh Liên bang (CDC) và Sở Y tế Công cộng Tiểu bang California (CDPH) đã ban hành hướng dẫn về cách mở cửa an toàn cho các trường từ mẫu giáo cho đến lớp 12. Các học khu địa phương thường cung cấp hướng dẫn bổ sung về cách thức họ sẽ triển khai các yêu cầu của liên bang và tiểu bang. Nếu quý vị có thắc mắc, vui lòng liên hệ với học khu tại địa phương của quý vị. Quý vị có thể tham khảo danh sách các học khu và trường học của California tại đây:

<https://www.cde.ca.gov/SchoolDirectory/Topic>

Việc làm

Sở Lao động và Lực lượng Lao động Tiểu bang California cung cấp thông tin, tài liệu và tổ chức đào tạo trực tuyến cho cả nhân viên và chủ lao động về các chủ đề từ hỗ trợ tài chính cho đến đảm bảo an toàn ở nơi làm việc:

<https://www.labor.ca.gov/coronavirus2019/>

Ở nơi làm việc, chủ lao động tiếp tục phải tuân thủ các Tiêu chuẩn Tạm thời về Ứng phó Khẩn cấp (ETS) với COVID-19 của Cal/OSHA hoặc, ở một số nơi làm việc, Tiêu chuẩn về Bệnh lây truyền qua Aerosol (ATD) của Cal/OSHA và cần tham khảo các quy định này để biết thêm các yêu cầu áp dụng bổ sung. Đây là thông tin mới nhất về các tiêu chuẩn áp dụng cho nơi làm việc của California:

<https://www.dir.ca.gov/dosh/coronavirus/>

Bộ công cụ Tiêm vắc xin dành cho Chủ lao động

(<https://saferatwork.covid19.ca.gov/employer-vaccination-toolkit/>) cung cấp mọi thông tin quý vị cần biết để:

- Hợp tác với các đơn vị tiêm vắc xin địa phương để triển khai các sự kiện tiêm vắc xin
- Yêu cầu một phòng khám di động tại nơi làm việc
- Giúp nhân viên tìm và đặt lịch tiêm vắc xin
- Chia sẻ và quảng bá các tài liệu hỗ trợ nhân viên được tiêm vắc xin

Những người làm một số nghề bắt buộc phải tiêm vắc xin và có lẽ tiêm cả (các) mũi tiêm tăng cường nữa, trừ khi họ hội đủ điều kiện được miễn về mặt y tế hoặc xung đột với niềm tin tín ngưỡng của họ hoặc làm việc trong một tình huống đặc biệt. Tại California, những người này bao gồm cán bộ y tế, những người làm việc trong môi trường đông người, viên chức tiểu bang và giáo viên K-12 và nhân viên nhà trường. Nếu một người nào đó được miễn áp dụng yêu cầu này, họ vẫn có thể phải được xét nghiệm tối thiểu mỗi tuần

một lần, đeo khẩu trang và sử dụng thiết bị bảo hộ khác chẳng hạn như găng tay hoặc dung dịch sát khuẩn. Có nhiều chi tiết và phương án, vì vậy hãy tham khảo trang web của Sở Y tế Công cộng của Tiểu bang California để biết hướng dẫn hiện hành và các sắc lệnh về y tế công cộng của tiểu bang:

<https://www.cdph.ca.gov/Programs/CID/DCDC/Pages/Guidance.aspx>

Chủ lao động có thể yêu cầu quý vị xuất trình bằng chứng đã tiêm vắc xin ngừa COVID-19 và/hoặc tiêm mũi tiêm tăng cường. Chủ lao động của quý vị không được phép hỏi bất kỳ thông tin nào về sức khỏe hoặc (các) tình trạng sức khỏe của quý vị. Quý vị có thể tham khảo bằng chứng đã tiêm vắc xin tại đây:

<https://www.cdph.ca.gov/Programs/CID/DCDC/Pages/COVID-19/Vaccine-Record-Guidelines-Standards.aspx>