

6 Txoj Kev Qhia Kom Nyob Nyab Xeeb rau Lub Caij Muaj Kab Mob Vais Lav no

Txo koj qhov kev phom sij rau kev kis tau thiab kev nthuav txav cov kab mob vais lav los ntawm kev ua pa xws li kab mob khaub thuas, COVID-19 thiab RSV.

Txhaj Tshuaj Tiv Thaiv Tas Li

Tshuaj tiv thaiv yog txoj kev zoo tshaj plaws rau kev tiv thaiv ntau yam kab mob. Mus saib [MyTurn.ca.gov](https://www.myturn.ca.gov) txhawm rau teem caij mus txhaj koj li tshuaj tiv thaiv los sis tiv tauj koj tus kws kho mob.

- **Tshuaj tiv thaiv Kab Mob Khaub Thuas COVID-19** muaj rau txhua leej uas muaj hnuv nyoog 6 hli nce mus.
- **Tshuaj pab lub cev tiv thaiv kab mob RSV** muaj rau cov me nyuam mos liab thiab qee tus me nyuam yaus, cov poj niam cev xeeb me nyuam thiab cov laus muaj hnuv nyoog 60 rov saud.



Nyob Twj Ywm Hav Tsev Yog Koj Muaj Mob

Nyob twj ywm hav tsev thiab nyob nrug deb lwm tus yog koj muaj cov tsos mob [khaub thuas, COVID-19](#), los sis [RSV](#).

Kuaj thiab Kho

[Kuaj kab mob COVID-19](#) thiab kab mob khaub thuas yog koj muaj cov tsos mob. Yog koj kuaj es pom tias muaj mob lawm, tiv tauj koj tus kws kho mob thiab nug txog cov tshuaj kho. Cov tshuaj yuav kho tau zoo dua yog tias tau pib kho thaum nyuam qhuav pib muaj cov tsos mob. Kawm paub ntau txog kev kho kab mob [COVID-19](#).

Rau Daim Ntaub Npog Qhov Ncauj Qhov Ntswg

Rau daim [ntaub npog qhov ncauj qhov ntswg](#) nyob rau hav tsev tej qhov muaj neeg coob los sis sab nraum zoov thej qhov muaj neeg coob los sis muaj koj tsev neeg nyob ze [yuav muaj kev phom sij yog muaj cov neeg mob nyhav](#).

Ntxuav Koj Ob Sab Tes

Ntxuav koj ob sab tes tas li, siv xum npum los sis dej sov, yam luv kawg li 20 xes koos. Yog tsis muaj xum npum thiab dej, siv cov tshuaj ntxuav tes uas muaj cawv 60% xyaw nyob rau hav.

Npog Koj Lub Qhov Ncauj Thaum Hnoos los sis Txham

Siv koj lub luj tshib, sab caj npab, los sis ib daim ntaub so ntswg coj los npog qhov ncauj qhov ntswg thaum koj hnoos los sis txham. Nco ntsoov ntxuav koj ob sab tes los sis siv tshuaj txham los sis muab daim ntawv koj npog qhov ncauj pov tseg tom qab ntawd.



Xoo tus lej QR nyob ntawm phab ntawv no los nkag mus xyuas cov links nyob hauv daim ntawv qhia ntawm no.

