



Cov Kauj Ruam SMARTER

Lub Tsib Hlis 2023

Cov kauj ruam SMARTER yeej yog ib cov kev rau pej xeeem California siv coj los txhawb txoj kev npaj SMARTER Plan kom peb thiaj li yuav nyob tau nrog kab mob COVID-19. California txoj kev mus rau yav tom ntej yuav yog nyob ntawm peb cov tib neeg, tej yam peb sawv daws ua ua ke uas yuav ua tau kom muaj qhov zoo rau cov neeg nyob ib ncig ntawm thaj tsam peb nyob, peb cov zej zos, thiab peb lub xeev. Yog xav paub ntau ntxiv txog txhua yam tshiab uas peb muaj rau pej xeeem California hais txog kab mob COVID-19, mus xyuas ntawm [CDPH Luv Vas Sab Rau Kab Mob COVID-19](#).

COV KOOB TSHUAJ

Peb yeej pom zoo kom txhua tus neeg mus txhaj cov tshuaj tiv thaiv kab mob COVID-19 raws li qhov lawv yuav txhaj tau, uas cov tuam txhab ua cov tshuaj ntawm no twb muab kho kom tiv thaiv tau tus kab mob uas hloov tshiab lawm. Cov koob tshuaj uas txhaj los tiv thaiv ntxiv (booster) yeej ua rau tus neeg muaj kev tiv thaiv ntau ntxiv kom nws tsis txhob mob kab mob COVID-19 hnyav, tsim kom muaj kev thaiv ntau coj los ntxiv rau qhov kev tiv thaiv los ntawm cov koob tshuaj tiv thaiv uas txhaj thawj lwm. [Mus kawm kom paub ntxiv txog cov tshuaj tiv thaiv](#).

COV NTAUB NPOG QHOV NCAUJ QHOV NTSWG

Kev siv ib daim ntaub npog qhov ncauj qhov ntswg yeej yog ib txoj kev uas yuav pab tiv thaiv koj tus kheej thiab lwm tus neeg tau zoo, thiab nws yeej tseem ceeb heev rau cov tib neeg uas lawv yeej [ntxim yuav muaj mob loj los ntawm kab mob COVID-19](#), thiab yeej tseem ceeb heev rau thaum muaj neeg coob nyob hauv lub zej zos muaj tus kab mob. Txoj kev haum zoo thiab lim tau cua zoo yuav ua kom koj tau kev tiv thaiv zoo tshaj los ntawm [ib daim ntaub npog qhov ncauj qhov ntswg](#), thiab cov ntaub lim cua yeej tiv thaiv tau zoo tshaj li cov ntaub npog qhov ncauj qhov ntswg uas siv thaum phais mob thiab cov ntaub npog qhov ncauj qhov ntswg uas yog cov siv ntaub xov coj los ua.

KEV MUAJ CUA HLIV MUS LOS

Kev ua kom muaj cua hliv tau mus los ntau ntxiv (muaj cua hliv) thaum nyob hauv tsev yeej txo tau qhov uas neeg ntxim yuav kis tau tus kab mob vim nws yeej ua tau kom tsis txhob muaj cov kab virus ya nrog cua ntau. Koj yeej ua tau kom muaj cov cua huv siab ntau nyob ntawm cov chaw nyob hauv tsev yog koj muab cov qhov rooj thiab qhov nrais qhib, qhib cov tshuab cua txias thiab cua sov uas muaj cov ntxaj lim cua zoo, thiab siv cov tshuab lim cua uas nqa tau. Yog xa paub ntau ntxiv txog kev ua kom muaj cua hliv tau mus los zoo thiab kom muaj kev lim cua zoo, mus xyuas ntawm [CDPH Cov Lus Qhia Hais Txog Kev Ua Kom Muaj Cua Hliv Mus Los](#), [Kev Lim Cua](#), [thiab Cov Cua Huv Siab Nyob Ntawm Cov Chaw Nyob Hauv Tsev](#) thiab [Cov Lus Nug Neeg Nquag Mua Hais Txog Cov Cua Nyob Hauv Tsev thiab kab mob Coronavirus \(COVID-19\)](#).

COV KEV KUAJ

Yog koj tau mus nyob ze ib tus neeg muaj tus kab mob los sis muaj cov tsos mob ntawm kab mob COVID-19, koj tsim nyog siv ib yam khoom kuaj uas siv tau nyob tom tsev coj los kuaj koj los sis mus kuaj nyob ntawm ib lub chaw kuaj los sis ib lub chaw kho mob. Yog qhov kev kuaj hauv tsev qhia tias koj tsis muaj tus kab mob, tiam sis koj yeej muaj cov tsos mob ntawm kab mob COVID-19, koj yuav tsum tau rov qab kuaj dua li ntawm ib hnuv tom qab ntawd los sis mus kuaj nyob ntawm lub chaw uas siv qhov kev kuaj PCR. Qhov khoom kuaj tom tsev thiab qhov kev kuaj PCR yeej kuaj pom kab mob COVID-19 tib si. Yog koj cov tsos mob yeej tseem pheej tsis zoo, hu xov toj mus rau koj tus kws kho mob. [Mus kawm kom paub ntxiv txog kev yuav mus kuaj](#).

KEV MUAB COV NEEG MUAJ TUS KAB MOB CAIS KOM TSIS TXHOB NYOB ZE LWM COV NEEG (ISOLATION)

Cov tib neeg uas lawv tsis xis nyob los sis lawv tau mus kuaj pom hais tias lawv yeej muaj tus kab mob yuav tsum tau nyob twb ywm hauv tsev thiab tsis txhob nyob ze lwm cov neeg. [Mus nyeem cov lus qhia uas muaj tshiab hais txog kev muab cov neeg muaj tus kab mob cais kom tsis txhob nyob ze lwm cov neeg](#).

KEV KHO

Peb yeej muaj ib cov tshuaj uas tau txais lus pom zoo hais tias pub muab siv coj los kho kab mob COVID-19, tshwj xeeb tshaj yog rau cov pej xeeem California uas muaj hnuv nyoog 50 rov saum thiab rau cov neeg muaj cov teeb meem mob nkeeg [uas ua rau lawv ntxim yuav muaj mob loj](#). Nrog koj tus kws kho mob sib tham los mus txiav txim saib cov tshuaj twg thiaj li yog cov uas yuav zoo rau koj thiab npaj tseg hais tias saib koj yuav ua li cas yog koj muaj mob. [Mus kawm kom paub ntxiv txog cov kev kho uas muaj rau neeg siv](#).

California cov pej xeeem los kuj tseem tsim nyog mloog saib lub chaw saib xyuas pej xeeem txoj kev noj qab nyob zoo hauv lub nroog puas muaj lus qhia li cas ntxiv, vim tej zaum cov teeb meem nyob hauv lub nroog yuav tsim nyog siv lwm cov kev kho. Lub Xeev cov coj yuav muab cov kauj ruam SMARTER ntawm no kho tsis tseg mus ntxiv los mus pab tiv thaiv koj thiab cov neeg koj hlub tshua ntawm kab mob COVID-19.



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

[COVID19.CA.GOV](https://www.cdph.ca.gov)

[Qhov Peb Ua Yeej Cawm Tau Neeg Txoj Sia](#)

[Tus Xov Tooj Uas Pej Xeeem Hu Tau Mus Nug Txog Kab Mob COVID-19: 1-833-422-4255](#)
[Hnuv Monday – Hnuv Friday, 8AM – 8PM | Hnuv Saturday – Hnuv Sunday 8AM – 5PM](#)