

NGƯỜI DÂN NEW YORK: Ở NHÀ ĐỂ NGĂN CHẶN SỰ LÂY LAN CỦA VI-RÚT CORONA

Việc người dân New York phối hợp cùng nhau và ở trong nhà có thể làm chậm sự lây lan của vi-rút corona (COVID-19) tại thành phố New York. Khi quý vị ra ngoài vì những nhu cầu thiết yếu, đi làm hoặc để hít thở không khí trong lành, quý vị hãy giữ khoảng cách với người khác và thực hiện các biện pháp phòng ngừa sau đây.



BẢO VỆ BẢN THÂN VÀ NHỮNG NGƯỜI KHÁC

- Giữ khoảng cách ít nhất 6 foot với những người khác.
- Rửa tay thường xuyên bằng xà phòng và nước.
- Che mũi và miệng bằng khăn giấy hoặc tay áo khi hắt hơi hoặc ho.
- Không chạm tay vào mặt khi chưa rửa tay.
- Theo dõi sức khỏe bản thân chặt chẽ hơn bình thường khi có các triệu chứng cảm lạnh hoặc cúm.



NEU QUÝ VỊ ỐM

- Ở nhà.
- Nếu quý vị bị ho, khó thở, sốt, đau họng và không cảm thấy khá hơn sau 3-4 ngày, hãy xin tư vấn của bác sĩ quý vị.
- Nếu quý vị cần trợ giúp về chăm sóc y tế, gọi số 311.
- Thành phố New York sẽ cung cấp dịch vụ chăm sóc bất kể tình trạng nhập cư hoặc khả năng thanh toán.



BẢO VỆ NHỮNG NGƯỜI DỄ MẮC BỆNH

- Ở trong nhà nếu quý vị mắc bệnh phổi, bệnh tim, tiểu đường, ung thư hoặc hệ thống miễn dịch suy yếu.
- Ở trong nhà và gọi, trò chuyện qua video hoặc nhắn tin với gia đình hoặc bạn bè có điều kiện nói chuyện.



GIẢM THIỂU TỤ TẬP ĐÔNG NGƯỜI

- Ở nhà.
 - Làm việc từ xa nếu có thể.
- Nếu cần phải ra ngoài:**
- Bố trí giờ làm việc xa giờ đi lại cao điểm.
 - Đi bộ hoặc đạp xe.
 - Không tụ tập đông người.

Để cập nhật thông tin theo thời gian thực, hãy vào trang mạng nyc.gov/coronavirus.

Gọi 311 để báo cáo quấy rối hoặc phân biệt đối xử. Gọi 888-692-9355, nhắn tin "WELL" đến số 65173 hoặc trò chuyện trực tuyến tại nyc.gov/nycwell để kết nối với tư vấn viên.

* Tộc độ tin nhắn và dữ liệu có thể được áp dụng. Xem kế hoạch của nhà cung cấp mạng không dây của quý vị để biết thêm chi tiết.

NYC
Health

Bill de Blasio
Thị Trưởng
Oxiris Barbot, Bác sĩ
y khoa (MD) Ủy Viên