



TOMÁS J. ARAGÓN, M.D., Dr.P.H.

Tus Coj & Tus Neeg Tuav Lub Xeev Lub Chaw Tuav Dej Num Saib Xyuas Pej Xeev Txoj Kev Noj Qab Nyob Zoo

Xeev California—Lub Chaw Tuav Dejnum Saib Xyuas
Kev Noj Qab Nyob Zoo thiab Kev Pab Pejxeem
California Lub Chaw Tuav Dejnum
Saibxyuas Pejxeem Txoj Kev Noj Qab Nyob Zoo



GAVIN NEWSOM
Tswvxeev

WLub Rau Hli, Tim 19, 2023

HAWM TXOG:

Txhua Tus Pej Xeev California

HAIS TXOG DAB TSI:

Lus Qhia Txog Kev Mus Txhaj Tshuaj Tiv Thaiv Thaum Lub Cev Xeeb Me Nyuam

Cov Ntaub Ntawv Uas Cuam Tshuam Rau Qhov No: [Daim Ntawv Qhia Txog Tshuaj Tiv Thaiv thiab Thaum Lub Cev Xeeb Me Nyuam](#) | [Mus Nyeem Cov Lus Qhia Qhov Tseeb Txog Txhua Yam Tshuaj Tiv Thaiv](#) | [Cov Lus Qhia Uas Muaj Ntxiv Txog Kev Kho thiab Kev Kuaj](#) | [Lus Qhiav Ntxiv Txog Cov Tshuaj Tiv Thaiv](#) | [Tag Nrho Cov Lus Qhia Uas Yuav Kom Neeg Ua](#) | [Ntau Yam Lus Ntxiv](#)

Cov Lus Kho Dua Tshiab Thaum Lub Rau Hli, Tim 19, 2023:

- Cov lus pom zoo uas muab kho dua tshiab kom muaj cov lus zoo ib yam li Lub Chaw Tswv thiab Tiv Thaiv Kab Mob (Centers for Disease Control and Prevention (CDC)) cov lus hais txog koob tshuaj uas txhaj los tiv thaiv ntxiv thiab tshuaj tiv thaiv.

California Lub Chaw Tuav Dej Num Saib Xyuas Pej Xeev Txoj Kev Noj Qab Nyob Zoo (CDPH), lub chaw [CDC](#), lub koom haum American College of Obstetricians and Gynecologists (ACOG) thiab Society for Maternal-Fetal Medicine yeej pom zoo kom cov poj niam uas lub cev xeeb me nyuam, lawv pub lawv li mis rau me nyuam noj, tam tom npaj lub cev kom xeeb me nyuam tam sim no, los sis tej zaum yuav xeeb me nyuam yav tom ntej mus txhaj cov tshuaj tiv thaiv kab mob COVID-19. Tej zaum koj yeej muaj lus nug hais txog cov tshuaj tiv thaiv thiab thaum lub cev xeeb me nyuam, uas nws yeej tsis yog ib yam uas tsis tau muaj neeg nug dua los. Peb yeej teb ntau ntau nqis lus nug uas neeg nquag muaj rau hauv qab no. Tiam sis, koj los yeej mus nrog koj tus kws kho mob sib tham tau los mus pab koj txiav txim hais tias saib koj puas yuav mus txhaj tshuaj tiv thaiv kab mob COVID-19 thiab mus xyuas hauv [CDC phab ntawv vas sab](#) ntawm no yog xav paub ntau tshaj qhov no.



Lus Nug thiab Lus Teb

Nws puas yuav muaj kev nyab xeeb yog mus txhaj tshuaj tiv thaiv rau thaum lub cev xeeb me nyuam?

Yog lawm, kev txhaj tshuaj tiv thaiv kab mob COVID-19 ua ntej thaum lub cev xeeb me nyuam, thaum lub cev twb xeeb me nyuam lawm, los sis thaum tom qab yug me nyuam tag yeej yog ib yam uas yuav [muaj kev nyab xeeb thiab yuav tiv thaiv tau zoo](#), thiab cov tshuaj tiv thaiv kab mob COVID-19 yeej tsis ua kom cov poj niam lub cev muaj teeb meem xeeb me nyuam li.

Yog koj lub cev xeeb me nyuam los sis yog koj pub koj li mis rau me nyuam noj, koj yeej mus txhaj tau yam tshuaj tiv thaiv kab mob COVID-19 mRNA (Moderna los sis Pfizer-BioNTech) los sis yam tshuaj tiv thaiv kab mob COVID-19 Navavax. Koj los yeej mus txhaj tau ib yam tshuaj bivalent mRNA tshiab thiab cov koob tshuaj uas txhaj los tiv thaiv ntshuav thaum txog sijhawm rau koj mus txhaj tau. Cov tshuaj tiv thaiv kab mob ntawm no yeej yog ib cov tshuaj uas siv ib qhov khoom me me ntawm tus kab virus koj los ua kom tus neeg lub cev tsim tau cov kab uas yuav los tiv thaiv tus kab mob, tiam sis nws yeej ua tsis tau kom koj mob. Yog koj mus kis tau kab mob COVID-19, koj lub cev yuav paub tus kab virus thiab yuav tsim cov kab uas yuav los tiv thaiv koj thiab koj tus me nyuam nyob hauv plab kom neb tsis txhob mob kab mob COVID-19.

Cov kws paub zoo txog tus kab mob thiab cov kev tshawb fawb uas tau tshawb fawb ntau ntau txhiab tus tib neeg yeej qhia hais tias kev txhaj tshuaj tiv thaiv yeej yog ib yam uas muaj kev nyab xeeb rau cov poj niam cev xeeb me nyuam los sis cov poj niam uas lawv pub lawv li mis rau me nyuam noj thiab lawv cov me nyuam mos ab.

Koj yeej ntxim yuav muaj mob loj los ntawm kab mob COVID-19 yog hais tias koj yog ib tus poj niam uas lub cev xeeb me nyuam. Mob kab mob COVID-19 los kuj ntxim yuav ua rau leej niam yug tus me nyuam ua ntej txog sijhawm yug los sis ua rau tus me nyuam tuag hauv plab mam li yug.

Cov tshuaj tiv thaiv kab mob COVID-19 puas ua hauj lwm?

Yeej ua hauj lwm, cov tshuaj tiv thaiv kab mob COVID-19 yeej tiv thaiv tib neeg ntawm kab mob COVID-19. Qhov tshuaj tiv thaiv yuav ua rau koj lub cev tsim tau cov kab uas yuav los tiv thaiv tus kab mob thiab kuj tseem muab cov kab ntawm tso mus rau tus me nyuam mos ab nyob hauv lub plab thiab. Kev txhaj tag ob koob tshuaj tiv kab mob COVID-19 mRNA uas txhaj thawj lwm thiab kev txhaj cov tshuaj tiv thaiv ntshuav raws li qhov pom zoo kom txhaj [nyob rau lub sijhawm thaum lub cev xeeb me nyuam](#) yeej pab tiv thaiv tau cov me nyuam mos ab hnuv nyoog me tshaj 6 hli kom tsis txhob tau mus pw hauv tsev kho mob yog lawv kis tau kab mob COVID-19.

Tshuaj tiv thaiv puas yuav tiv thaiv tau kuv tus me nyuam mos ab?

Yeej tiv thaiv tau, yog koj txhaj tshuaj tiv thaiv koab mob COVID-19 rau thaum koj lub cev xeeb me nyuam, koj lub cev yeej tsim cov kab uas yuav los tawm tsam kab mob COVID-19 thiab yuav muab cov kab ntawm no tso mus rau koj tus me nyuam mos ab nyob hauv plab. Qhov ntawm no yeej tiv thaiv koj tus me nyuam mos ab kom nws tsis txhob mob kab mob COVID-19 ntawm hnuv ib mus thiab feem ntau yeej tiv thaiv tau mus ntev li ntau ntau lub hlis tom ntej. Qhov no yog ib qhov uas tseem ceeb nyob rau lub sijhawm thaum cov me nyuam mos ab tseem tsis tau muaj hnuv nyoog txog qhov yuav txhaj tau cov tshuaj tiv thaiv thiab lawv yeej ntxim yuav muaj mob loj yog lawv kis tau kab mob COVID-19 los sis lwm yam mob cua tshuam rau txoj kev ua pa.

Cov teeb meem uas kuv tus mob ab yuav muaj ntev ntev mus yog dab tsi yog hais tias kuv txhaj tshuaj tiv thaiv kab mob COVID-19 thaum kuv lub cev xeeb me nyuam?

Tshuaj tiv thaiv kab mob COVID-19 yeej tiv thaiv tau koj thiab koj tus mob ab ntawm kab mob COVID-19 thiab yeej tsis muaj ib cov teeb meem uas yuav muaj ntev ntev mus. Cov tshuaj tiv thaiv yeej ua tsis tau kom koj los sis koj tus me nyuam mos ab mob kab mob COVID-19, vim hais tias cov tshuaj tiv thaiv kab mob COVID-19 uas muaj nyob hauv Teb Chaws Meskas yeej tsis siv cov kab virus uas tseem ciaj sia thiab tseem yuav ua tau kom neeg mob kab mob COVID-19.

Yuav muaj dab tsis tshwm sim yog kuv muaj lwm yam mob los sis yog kuv lub cev tsis muaj zog los tiv thaiv kab mob lawm?

Tej zaum koj yeej muaj lwm [cov mob](#) ntxiv rau thaum koj lub cev xeeb me nyuam uas nws yeej ua rau koj ntxim yuav muaj mob loj los ntawm kab mob COVID-19, kab mob khaub thuas, los sis lwm cov kab mob cuam tshuam rau kev ua pa. Mus nrog koj tus nws kho mob sib tham yog koj muaj lus hnyav siab hais txog txoj kev mus txhaj tshuaj tiv thaiv thiab txoj kev mus txhaj tiv thaiv raws li qhov uas peb pom zoo kom txhaj los mus tiv thaiv koj thiab koj tus me nyuam nyob hauv plab.

Kuv yuav ua li cas es kuv thiaj li yuav tiv thaiv tau kom kuv tsis txhob mob kab mob COVID-19? Kab mob COVID-19 puas ua tau kom kuv muaj mob loj yog kuv lub cev xeeb me nyuam?

Yog koj lub cev xeeb me nyuam lawm los sis nyuam qhuav xeeb me nyuam tau los tsis ntev ntawm no, koj yeej ntxim yuav [muaj mob loj los ntawm COVID-19](#), suav nrog rau kev mus pw hauv tsev kho mob, kev mus pw hauv chav uas yuav muaj neeg saib xyuas koj zoo (ICU), los sis kev yuav tau siv ib lub tshuab ua pa los sis lwm yam khoom tshwj xeeb los pab koj ua pa.

Koj los kuv tseem ntxim yuav yug koj tus me nyuam tsis puv hli (yug ua ntej thaum muaj 37 lim piam), koj tus me nyuam ntxim yuav tsis muaj sia hauv plab es mam li yug los, koj tus me nyuam ntxim yuav mus pw hauv chav kho me nyuam mos ab hu ua neonatal ICU, thiab koj tus me nyuam nyob hauv plab ntxim muaj teeb meem.

- Siv ib [daim ntaub npog qhov ncauj qhov ntswg](#) thaum koj nyob ntawm cov chaw nyob hauv tsev, txawm hais tias koj twb txhaj tshuaj tiv thaiv tag lawm yog thaum twg muaj neeg coob nyob hauv lub zej zos mob kab mob COVID-19 los sis lwm cov kab mob cuam tshuam rau kev ua pa thiab yog cov kab mob uas neeg ntxim yuav muab kis tau rau lwm cov neeg. Thiab nug lub chaw tuav dej num saib xyuas kev noj qab nyob zoo hauv koj lub nroog yog koj xav paub hais tias muaj neeg mob tus kab mob coob npaum li cas.
- Nquag ntxuav koj ob txhais tes nrog xab npum thiab dej kom luv kawg los yog ntev li 20 chib (seconds) los sis siv cov tshuaj tua kab mob uas muaj tsawg kawg los yog li ntawm 60% cawv xyaw los pleev tes.
- Saib xyuas koj lub cevlos mus ua kom koj ntsib kev noj qab nyob zoo. Nco ntsoov noj tej khoom uas yuav zoo rau koj lub cev, niaj hnub mus dhia ua si kom lub cev khov thiab muaj zog thiab pw kom txaus.
- Npaj sij hawm los uacov dejnum uas koj nyiam ua nyob hauv tsev. Nqus ib pas cua, xyab tej tes taw thiab ib ce, los sis nyob twb ywm xav txog ib yam dab tsi.
- Muaj kev nrog lwm cov neeg tham lus tau. Nrog cov neeg uas koj ntseeg siab sib tham hais txog tej yam uas koj hnyav siab thiab hais txog qhov hais tias saib koj xav zoo li cas.
- Mus txhaj tshuaj tiv thaiv raws li qhov peb pom zoo kom txhaj: peb pom zoo kom cov poj niam uas lawv lub cev xeeb me nyuam thiab cov poj niam uas lawv pub lawv li mis rau me nyuam noj mus txhaj tshuaj tiv thaiv kab mob COVID-19 thiab tshuaj tiv thaiv kab mob khaub thuas raws li qhov peb pom zoo kom txhaj.

Kuv tsim nyog paub txog dab tsi ntxiv hais txog kev txhaj tshuaj tiv thaiv kab mob COVID-19 thaum kuv lub cev xeeb me nyuam?

- Tej zaum koj yuav muaj [tej cov mob \(side effects\)](#) tom qab koj mus txhaj tshuaj tiv thaiv tag, zoo li mob ib ce, ua no, thiab nkees nkees tsis muaj zog. Cov ntawm no yeej yog cov uas txhua tus neeg pheej muaj, thiab tsuas muaj ntev li ob peb hnub xwb. Yog xav paub ntxiv, mus saib hauv [CDC Cov Lus Qhia Txog Kev Txhaj Tshuaj Tiv Thaiv Thaum Lub Cev Xeeb Me Nyuam los sis Thaum Leej Niam Pub Nws Li Mis Rau Me Nyuam Noj](#).
- Nrog koj tus kws kho mob sib tham yog koj ua npaws thaum koj lub cev xeeb me nyuam, tsis hais txog qhov hais tias yog vim dab tsi li. Acetaminophen (Tylenol®) yog yam tshuaj uas peb pom zoo rau cov poj niam cev xeeb me nyuam siv thaum lawv ua npaws thiab yeej muaj kev nyab xeeb.

- Yog koj yeej muaj [keeb kwm muaj tej yam dab tsi tsis haum lub cev](#) los ntawm ib yam tshuaj tiv thaiv los sis tshuaj txhaj, mus nrog koj tus kws kho mob sib tham ua ntej koj yuav mus txhaj.
- Neeg yuav txwv tsis tau kom koj tsis txhob mus txhaj tshuaj tiv thaiv kab mob COVID-19 vim koj lub cev xeeb me nyuam lawm.
- Yog koj lub cev xeeb me nyuam lawm, koj yuav tsum tau mus txhaj cov tshuaj tiv thaiv tus kab mob hu ua whooping cough (Tdap) thaum koj tus me nyuam nyob hauv plab muaj hnuv nyoog li ntawm 27-36 lim piam thiab mus txhaj tshuaj tiv thaiv khaub thuas thaum twg los tau thaum koj lub cev xeeb me nyuam. Nws yeej tsis muaj teeb meem dab tsi yog koj txhaj cov tshuaj tiv thaiv ntawm no rau tib lub sij hawm uas koj txhaj tshuaj tiv thaiv kab mob COVID-19, thiab cov tshuaj no yuav tiv thaiv koj, koj tus me nyuam nyob hauv plab, thiab koj tus me nyuam tom qab yug los.

Kuv Yuav Ua Li Cas Yog Kuv Hnov Zoo Li Kuv Tsis Xis Nyob?

Hu rau koj tus kws kho mob, yog koj muaj [cov tsos mob ntawm kab mob COVID-19](#) nram qab no: ua npaws, hnoos, txog siab, ua no, mob taub hau, mob tej leeg nqaij, mob pob qa los sis tsis hnov khoom tsw los sis qab, txhaws ntswg los sis los ntswg, raws plab, xeev siab los sis ntuav.

- [Mus kuaj](#) sai sai txawm hais tias koj twb txhaj tshuaj tiv thaiv tag lawm.
- Ua raws nraim li cov lus pom zoo kom ua nyob hauv [CDPH cov lus qhia txog kev muab cov neeg muaj tus kab mob cais kom tsis txhob nyob ze lwm cov neeg](#) yog koj yeej muaj cov tsos mob ntawm kab mob COVID-19 los sis tau kuaj pom hais tias koj muaj tus kab mob.

Kab mob COVID-19 yuav tsim tau teeb meem li cas rau kuv tus me nyuam mos ab?

Kab mob COVID-19 yeej ua tau kom cov me nyuam yaus thiab me nyuam mos ab muaj mob loj. Kev txhaj tshuaj tiv thaiv thaum koj lub cev xeeb me nyuam yeej tiv thaiv cov me nyuam mos ab uas tsis tau muaj 6 hli thiab tseem mus txhaj tsis tau tshuaj tiv thaiv.

Yog koj mus kuaj pom hais tias koj muaj kab mob COVID-19 los sis ib yam mob cuam tshuam rau kev ua pa thiab tab tom npaj yuav yug me nyuam, mus nrog koj tus kws kho mob sib tham. Ua raws nraim li txhua yam uas peb pom zoo kom koj ua hais txog txoj kev yuav los mus tiv thaiv koj tus me nyuam mos ab.

Thaum kuv coj kuv tus me nyuam mos ab los tsev lawm, puas OK rau neeg tuaj saib kuv thiab kuv tus me nyuam?

Tsis txhob pub koj tsu me nyuam mos ab nyob rau cov tib neeg uas tsis xis nyob los mus tiv thaiv nws. Hais kom tsev neeg, cov phooj ywg, thiab cov neeg tu kom lawv mus txhaj tshuaj tiv thaiv kab mob COVID-19 thiab lwm cov tshuaj tiv thaiv kab mob raws li qhov uas peb pom zoo kom txhaj, suav nrog rau tshuaj tiv thaiv kab mob whooping cough thiab kab mob khaub thuas. Hais kom cov neeg kuaj saib lawv puas muaj kab mob COVID-19 ua ntej lawv tuaj xyuas koj thiab koj tus me nyuam. Hais kom cov tib neeg nyob ze koj tus me nyuam mos ab ntxuav tes tsis tseg.

Zaum Uas Muab Txheeb Xyuas Tag Los No Lub Rau Hli, Tim 19, 2023
Muab Luam Tawm Thawj Zaug Rau Lub Tsib Hlis, Tim 21, 2021