



**គោលការណ៍ណែនាំសម្រាប់បុគ្គលដែលបានចាក់ថ្នាំវ៉ាក់សាំងពេញលេញជំនាស់នឹងកូវីដ-19
2 សីហា 2021**

វ៉ាក់សាំង កូវីដ-19 មានប្រសិទ្ធភាពខ្លាំងដើម្បីការពារអ្នកពីការឈឺ ។ ផ្អែកទៅលើ អ្វីដែលយើងដឹង, បុគ្គលភាគច្រើន ដែលបានវ៉ាក់សាំងពេញលេញ អាចចូលរួមសកម្មភាព ដែលពួកគេបានឈប់ធ្វើ ដោយ ព្រោះតែរោគវិកលដាល ។ គោលការណ៍ណែនាំគឺត្រូវបានផ្អែកទៅលើ អនុសាសន៍របស់ CDC ។

វាមានន័យដូចម្តេច ដោយបានចាក់វ៉ាក់សាំងពេញលេញ

- អ្នកត្រូវបានគេចាត់ទុកជាថ្នាំវ៉ាក់សាំងពេញលេញសម្រាប់កូវីដ-19 ប្រសិនបើអ្នកបានទទួល វ៉ាក់សាំង Moderna ឬ Pfizer COVID-19 ចំនួនពីរកម្រិតឬវ៉ាក់សាំង Janssen (Johnson និង Johnson) មួយកម្រិតកាលពីជាង 14 ថ្ងៃមុន ។
 - នេះក៏អនុវត្តទៅលើវ៉ាក់សាំងកូវីដ-19 ដែលត្រូវបានអនុញ្ញាតសម្រាប់ការប្រើប្រាស់ ដោយ អង្គការសុខាភិបាល (World Health Organization) (ឧ. AstraZeneca/Oxford, Sinopharm) ។
- បុគ្គលដែលមានស្ថានភាពមួយ ឬក៏ពងតែប្រើឱសថ ដែលធ្វើឱ្យប្រព័ន្ធសំខ្សោយក្នុងតែនិយាយ ជាមួយអ្នកផ្តល់សេវាថែទាំសុខភាព ដើម្បីពិភាក្សាសកម្មភាពរបស់ពួកគេ ។

របៀបការពារខ្លួនអ្នកនិងអ្នកដទៃទៀត

- **ប្រសិនបើអ្នកឈឺឈប់សម្រាកនៅផ្ទះហើយទៅធ្វើតេស្ត ។**
អំឡុងពេលដែលវ៉ាក់សាំងមានប្រសិទ្ធភាពខ្ពស់ អ្នកនៅតែកើតមានកូវីដ-19 មួយប្រភេទតូច ថ្ងៃ បើក្រោយពីអ្នកបានទទួលវ៉ាក់សាំងក្តី ។ ប្រសិនបើអ្នកវិវត្តទៅជារោគសញ្ញាផ្លូវដង្ហើមដូចជា ការហឿនសំដៅ ការក្អក ឬការបាត់បង់ក្លិនឬរសជាតិអ្នកគួរតែធ្វើតេស្ត សម្រាប់កូវីដ-19 ឬ ពិគ្រោះជាមួយអ្នកផ្តល់សេវាថែទាំសុខភាពរបស់អ្នក។
- **ញែកខ្លួនរបស់អ្នកប្រសិនបើអ្នកតេស្តឃើញថាមានកូវីដ-19 ។**
ប្រសិនបើអ្នកតេស្តឃើញថាវិជ្ជមានសម្រាប់កូវីដ-19 អ្នកត្រូវតែ ញែកខ្លួន មិនថាអ្នកមាន ស្ថានភាពចាក់ថ្នាំវ៉ាក់សាំងណាមួយនោះឡើយ ។ វ៉ាក់សាំងកូវីដ-19 នឹងមិនធ្វើឱ្យអ្នកតេស្ត ឃើញ ថាវិជ្ជមានឡើយ ចំពោះការធ្វើតេស្តវិរុសឡើយ។
- **ត្រួតពិនិត្យរោគសញ្ញាប្រសិនបើអ្នកនៅក្បែរនរណាម្នាក់ ដែលមានកូវីដ-19 ។**
អ្នកមិនត្រូវបានគម្របនៅឆ្ងាយពីគេក្រោយពីការចម្លងឡើយ ។ ប៉ុន្តែអ្នកគួរតែនៅតែ ត្រួតពិនិត្យសម្រាប់រោគសញ្ញាកូវីដ-19 សម្រាប់ 14 ថ្ងៃក្រោយពីការចម្លង ។ ប្រសិនបើអ្នកដក ពីសោធន៍ញែកខ្លួនរបស់អ្នកពីអ្នកដទៃទៀត ស្ទង់រកការធ្វើតេស្ត និងទាក់ទងអ្នកផ្តល់សេវាថែទាំ សុខភាពអ្នក ។
- **ក្នុងទីកន្លែងមួយចំនួនបន្តពាក់ម៉ាស់ ហើយចៀសវាងពីការនៅក្បែរគេប្រសិនបើអាចធ្វើបាន ។**
ម៉ាស់នៅតែជាកាតព្វកិច្ចចាំបាច់សម្រាប់មនុស្សគ្រប់រូប នៅលើប្រព័ន្ធដឹកជញ្ជូនសាធារណៈនិង ឯកជន (រួមទាំងការចែករំលែកការជិះតាក់ស៊ីការសាឡាងការជិះ MBTA ការជិះរថភ្លើងនិង ស្ថានីយ៍ដឹកជញ្ជូន) នៅក្នុងមណ្ឌលសុខភាពសាលារៀន និងកន្លែងផ្សេងទៀតដែលផ្តល់ជូន ប្រជាជនងាយរងគ្រោះ ដូចជាទីកន្លែងប្រមូលផ្តុំ ការកំណត់ការថែទាំ ។

បុគ្គលដែលបានចាក់វ៉ាក់សាំងពេញលេញក៏ត្រូវបានណែនាំឱ្យពាក់ម៉ាស់នៅពេលនៅក្នុងអគារ (និងមិនមែននៅក្នុងផ្ទះរបស់អ្នក) ប្រសិនបើអ្នកមានប្រព័ន្ធភាពស្តាំអន់ថយ ឬមានកំណើនហានិភ័យខ្ពស់ទៅនឹងជំងឺធ្ងន់ធ្ងរ ឬប្រសិនបើនរណាម្នាក់នៅក្នុងផ្ទះរបស់អ្នកមានប្រព័ន្ធភាពស្តាំអន់ថយ មានកំណើនហានិភ័យខ្ពស់ទៅនឹងជំងឺធ្ងន់ធ្ងរ ឬជាមនុស្សពេញវ័យដែលមិនបានចាក់វ៉ាក់សាំង។

- សម្រាប់ព័ត៌មានបន្ថែម សូមចូលទៅ [កិច្ចការម្តាយម៉ាសកូវីដ-19 | Mass.gov](https://www.mass.gov)។
- សូមកំពុងចិត្ត [ព័ត៌មានទាន់សម័យ ចំពោះការណែនាំសម្រាប់ក្រសួងការអប់រំបឋមសិក្សា និង មធ្យមសិក្សាស្តីពីកូវីដ-19](#)។

សូមកំណត់ទុក៖ កិច្ចការម្តាយម៉ាសកូវីដ-19 ផ្តល់នូវសុខភាពប្រហែលជាមានប្រភេទខុស ។ សម្រាប់ព័ត៌មានបន្ថែមសូមមើល [ការត្រឡប់ទៅធ្វើវិញក្រោយពីកូវីដ-19 | Mass.gov](https://www.mass.gov)។