

### **Yog vim li cas kev ntxuav tes thiaj li tseem ceeb?**

Ntxuav raws txheej txheem kev ntxuav tes, mas yuav yog ib txoj hau kev zoo los mus tiv thaiv kev sib kis kab mob. Cov txheej txheem ntxuav tes kawm yooj yim heev thiab yuav txo tau txoj kev sib kis kab mob tsis hais ntawm cov me nyuam los cov laus.

### **Yam kab mob dab tsi uas yog ntxuav tes zoo huv si yuav tiv thaiv tau?**

1. Cov kab mob uas ri ntawm quav mus rau ntawm qhov ncauj. Cov kab mob uas yuav kis tau li txoj kev no mas yog cov muaj npe hu ua: salmonellosis, shigellosis, hom Kab Mob Siab A, giardiasis, enterovirus, amebiasis, thiab campylobacteriosis. Txawm yuav noj tau tej yam lo quav me me xwb los yeej kis tau cov kab mob no li, mas tseem ceeb heev uas thaum mus siv tsev plob tas yuav tsum ntxuav tes kom huv si.
2. Cov kab mob uas ri ntawm tej kua ncauj kua ntswg. Tej kab mob uas kis tau li txoj kev no mas yog khaub thuas (influenza), mob qa tawm-*Streptococcus*, respiratory syncytial virus (RSV) thiab tej khaub thuas sib. Thaum cov neeg raug cov mob no so kua ncauj kua ntswg tas tsis ntxuav tes, mas lawv yuav ri tau cov kab mob no. Yog lawv ntxuav tes huv si tom qab lawv hnoos los yog txham mas yuav tiv thaiv tau cov mob no. Yog ntxuav tes huv si tom qab tuav tes nrog ib tus neeg uas hnoos thiab txham tas mas yuav tiv thaiv tau cov kab mob no.
3. Cov kab mob yuav ri ntawm txhais tes uas nphav tau zis, qaub ncaug, los yog lwm yam kua nruab nrog cev. Cov kab mob uas kis tau raws li no mas muaj: cytomegalovirus, typhoid, staphylococcal organisms, thiab Epstein-barr virus. Cov kab mob no sib kis tau ntawm ib tug neeg mus rau lwm tus neeg los yog tau nphav kis los ntawm tej khoom noj los yog tej yam khoom ua si.

### **Cov txheej txheem ntxuav tes kom huv si muaj li cas?**

Yuav ntxuav tes kom huv si mas muaj ntau tshaj li qhov koj xav! Thaum muab tshuaj ntxuav tes ntub dej pleev thiab txhuam phlws tes ceev nrooj mas yuav phlws tau plua av thiab roj uas paug ntawm koj cov tawv nqaij tawm. Cov npuas tshuaj ntxuav tes yuav ua kom cov plua av thiab kab mob khub rau ntawm txhais tes nplua yaug tawm mus.

### **Ua raws li plaub kauj ruam nram no mas thiaj yuav ntxuav tes huv:**

1. Ntub txhais tes ntawm ciav dej ntws sov so.
2. Ntxiv tshuaj ntxuav tes, ces muab tes txhuam mus txhuam los ua ke ces yuav muaj npuas ntau. Ua li no kom ntev li 20 feeb, txav txhais tes deb me ntsis ntawm tus ciav dej ntws. Ntxuav qab teg qaum tes, kis ntv tes, thiab hauv cov rau tes.
3. Yaug tes ntawm ciav dej sov so. Yaug txhais tes kom dej ntws mus hauv lub dab ntxuav tes, tsis txhob pub dej ntws rov rau pem luj tshib.
4. Muab ntaub huv si los so tes, ces mam muab ib daim ntawv tuav ntawm tes mus kaw tus ciav dej, ces muab daim ntawv pov tseg hauv pob tawb.

### **Yuav siv hom tshuaj ntxuav tes twg?**

Siv hom tshuaj twg kuj tau. Tab sis, cov tshuaj ntxuav tes ua thooj mas yuav tsum tau muab cia rau hauv lub me nyuam tais huv si thiab siv kom tas mam ho muab dua lwm thooj los siv. Cov fwj kua tshuaj ntxuav tes mas (yuav tsum siv cov no rau tom tsev zov me nyuam) yog thaum twg siv tas yuav tsum muab lub fwj ntxuav huv si mam ntim dua ib cov tshuaj rau hauv.

Tsis xav kom tes ntxhib mas siv cov tshuaj ntxuav tes nplaum thiab dej sov so. Thaum so tes mas maj mam so, tsis txhob txhuam, ces muab tshuaj tawg pleb pleev.

#### **Yuav ua li cas thiaj ntxuav tau tes huv si tsis yuam kev?**

- TXHOB siv ib txog phuam los so ib pab me nyuam tej tes xwb.
- TXHOB yang tes hauv ib phiab dej teev cia.
- TXHOB siv phuam so tes. Yuav tsum siv ntawv so tes hauv tsev zov me nyuam los yog thaum npaj puas noj tas mus li.
- TXHOB siv daim pob paj rwb los yog tej ntaub so twj yog tsis khoom yuav muab ntxhua tsis so thiab muab tshuaj dawb (chlorine bleach) los mus ntxhua. Nco ntsoov tias kab mob nyiam nyob rau tej qhov chaw noo noo!

#### **Yuav qhia cov me nyuam li cas kom lawv paub cov txheej txheem ntxuav tes?**

Tseem ceeb heev uas yuav tau quag txhib me nyuam kom ntxuav tes ua ntej noj mov, tom qab ua si nraum zoov tas los yog ua si nrog tej me tsiaj hauv tsev, tom qab mus siv tsev plob tas, thiab tom qab tshuab ntswg tas. Tej thaum ntsia mas txhais tes kuj huv si, tab sis, txhais tes yuav muaj cov kab mob uas yuav tsim taus mob.

Tsis txhob xav tias me nyuam yeej txawj ntxuav tes. Yuav tau saib zoo, tshwj xeeb tshaj yog nyob rau hauv tej tsev zov me nyuam, yog ua twb zoo qhia, mas cov me nyuam yuav kawm tau ib tug yam ntxwv zoo rau lawv coj.

Qhov kawg, me nyuam kawm los ntawm kev ua piv txwv! Yog lawv pom cov laus ntxuav tes huv si tas mus li mas lawv yuav ua li ntawd thiab.

#### **Kuv siv cov tshuaj kua cawv cuaj caum los ntxuav kuv txhais tes xwb, tsis siv tshuaj ntxuav tes puas tau?**

Tej khoom no, kuj muaj nyob rau tej chaw muag khoom teeb nrog tej tshuaj ntxuav tes, nws kuj tua tau kab mob ntawm txhais tes, yog tias txhais tes tsis lo av. Kuj tsim nyog siv rau tej thaum uas tsis muaj tshuaj ntxuav tes thiab dej nyob ze.

Yog siv cov tshuaj ntxuav tes no, no ces muab li ib dia diav me rau ntawm xib teg. Ces phlws cov tshuaj rau qab teg, qaum tes, thiab ntawm cov ntsis ntiv tes. Cia cov tshuaj qhuav rau ntawm txhais tes, tej zaum yuav siv li 30 feeb li ntawd.

Yog hais tias koj txhais tes paug plua plav tsis huv, tab sis tsis muaj lwm txoj kev uas yuav ntxuav tau koj txhais tes thaum ntawd, no ces siv cov tshuaj cawv cuaj caum ntxuav tes no los ntxuav. Thaum koj tau dej thiab tshuaj ntxuav tes lawm mas ntxuav koj txhais tes kiag kom huv si.

#### **Muab Cov Duab Qhia Ntxuav Tes Rau:**

- Tej chaw uas muag zaub mov noj
- Lwm tej chaw