

CHIẾN ĐẤU VỚI QUAI BỊ

Bắt đầu với bạn



Quai bị lan truyền qua việc tiếp xúc với nước bọt hoặc chất nhầy từ miệng, mũi hoặc cổ họng của người bị bệnh. Hãy bảo vệ bản thân và giúp ngăn chặn sự lây lan của quai bị bằng cách sử dụng những thói quen lành mạnh này.



Hãy rửa tay của bạn

Hãy rửa tay thật kỹ và thường xuyên bằng xà bông và nước ấm.



Tiêm Phòng

Thuốc chủng ngừa sởi và quai bị (MMR) cung cấp sự bảo vệ tốt nhất chống lại căn bệnh này.

Các triệu chứng nhiễm trùng

BỆNH QUAI BỊ

- Các tuyến sưng lên ở phía trước tai hoặc hàm ở một hoặc cả 2 bên
- Sốt
- Nhức cơ
- Nhức đầu
- Ăn mất ngon
- Mệt mỏi



Hãy che miệng khi ho hoặc hắt hơi

Hãy che miệng và mũi bằng tay áo hoặc khăn giấy khi ho hoặc hắt hơi. Hãy vứt khăn giấy đã sử dụng vào giỏ rác và rửa tay.



Hãy sử dụng ly tách, nĩa, và muỗng của riêng bạn

Chia sẻ ly tách hoặc đồ dùng ăn uống với người bị quai bị có thể khiến bạn bị bệnh.

Truyền Bệnh do

HO/HẮC HƠI-ĐỤNG CHẠM



Để biết thêm thông tin,
Hãy gọi 2-1-1 hoặc truy cập health.hawaii.gov
Các dịch vụ hỗ trợ ngôn ngữ có sẵn ở 2-1-1.

