

MỘT SỐ KHUYẾN CÁO VỀ PHÒNG CHỐNG BỆNH VIÊM ĐƯỜNG HÔ HẤP CẤP DO CHỦNG MỚI CỦA VIRUS CORONA (NCOV)

*** Số điện thoại đường dây nóng**

- Số điện thoại đường dây nóng 19009095 hoặc 19003228: nhằm cung cấp các thông tin, ý kiến về tình hình dịch bệnh trên toàn quốc và nhận tư vấn cách phòng chống dịch bệnh viêm đường hô hấp cấp do chủng mới của virus Corona (nCoV)

- Số điện thoại đường dây nóng của Sở Y tế Đắk Lắk: 0925107979.

- Số điện thoại đường dây nóng của Trung tâm Kiểm soát bệnh tật tỉnh Đắk Lắk: 0262.3811712.

*** Khuyến cáo quan trọng về dịch bệnh viêm đường hô hấp cấp do chủng mới của virus Corona (nCoV)**

1. Rửa tay thường xuyên với xà phòng và nước sạch trong ít nhất 20 giây. Trong trường hợp không có xà phòng và nước sạch thì dùng các sản phẩm vệ sinh tay có chứa cồn (ít nhất 60% cồn).

2. Người tiếp xúc gần với người bệnh/người nghi ngờ mắc bệnh trong vòng 14 ngày phải thông báo cho các cơ sở y tế địa phương.

3. Người tiếp xúc gần với người bệnh/người nghi ngờ mắc bệnh phải đeo khẩu trang, hạn chế tiếp xúc với người khác.

4. Hiện nay đang có dịch nCoV, người dân thường xuyên rửa tay với xà phòng, lau chùi vật dụng bằng chất tẩy rửa thông thường, đeo khẩu trang đến nơi công cộng, trên các phương tiện giao thông.

5. Hiện nay đang có dịch bệnh viêm đường hô hấp cấp do chủng mới của virus Corona (nCoV) gây ra, người dân không đi du lịch Trung Quốc và hạn chế đi du lịch các nước đang có dịch khác.

6. Thường xuyên theo dõi trên Cổng thông tin Bộ Y tế để kịp thời cập nhật, làm theo hướng dẫn.

*** Bộ Y tế khuyến cáo người dân và cộng đồng**

1. Người dân chủ động thực hiện các biện pháp phòng bệnh

- Tránh đi lại, du lịch nếu đang có sốt, ho hoặc khó thở. Đến ngay cơ sở y tế khi có triệu chứng nghi ngờ. Đồng thời, chia sẻ lịch trình di chuyển với nhân viên y tế.

- Tránh tiếp xúc với người bị sốt, ho. Thường xuyên rửa tay bằng xà phòng, tránh chạm tay vào mắt, mũi, miệng.

- Khi ho, hắt hơi hãy che kín miệng và mũi bằng khăn giấy hoặc tay áo. Sau sử dụng khăn giấy bỏ vào thùng rác rồi rửa tay.

- Nếu thấy có dấu hiệu ốm khi đi lại, du lịch thì cần thông báo ngay cho nhân viên hàng không, đường sắt, ô tô và tìm đến cơ sở y tế càng sớm càng tốt.

- Chỉ sử dụng các loại thực phẩm chín.

- Không khạc nhổ bừa bãi nơi công cộng. Tránh tiếp xúc gần với các loại động vật nuôi hoặc hoang dã.

- Đeo khẩu trang khi đi tới chỗ đông người hoặc khi tiếp xúc với người có triệu chứng.

2. Với những người từ Trung Quốc trở về

- Những người từ Trung Quốc trở về Việt Nam cần tự cách ly tại nhà và theo dõi sức khỏe trong vòng 14 ngày. Cần khai báo với cơ quan y tế sở tại nơi gần nhất để được hỗ trợ khi cần thiết.

- Nếu có dấu hiệu sốt, ho, khó thở phải đeo khẩu trang bảo vệ, thông báo ngay đến cơ sở y tế gần nhất để được tư vấn, khám, điều trị kịp thời. Gọi điện cho cơ sở y tế trước khi đến để thông tin về các triệu chứng và lịch trình đã di chuyển trong thời gian gần đây để có biện pháp hỗ trợ đúng.

3. Khuyến cáo những người đi đến Trung Quốc

- Nếu không có việc cần thiết hoặc công việc đột xuất, không nên đến Trung Quốc trong thời gian xảy ra dịch bệnh viêm đường hô hấp cấp do virus Corona nCoV.

- Trường hợp bắt buộc, phải hạn chế ra khỏi nhà, thường xuyên áp dụng các biện pháp phòng bệnh theo khuyến cáo của Bộ Y tế.

- Nếu có dấu hiệu sốt, ho, khó thở phải đeo khẩu trang, thông báo ngay đến cơ sở y tế gần nhất để được tư vấn, khám, điều trị kịp thời. Gọi điện cho cơ sở y tế trước khi đến để thông tin về các triệu chứng và lịch trình đã di chuyển trong thời gian gần đây để có biện pháp hỗ trợ đúng.

*** Đeo khẩu trang đúng cách để phòng chống bệnh viêm đường hô hấp cấp do chủng mới của virus Corona (nCoV)**

1. Đối với người dân tại cộng đồng: áp dụng đeo khẩu trang vải hoặc khẩu trang y tế thông thường.

2. Đối với người chăm sóc, điều trị bệnh nhân và những người đi vào ổ dịch: áp dụng đeo khẩu trang N95 và các loại khẩu trang chuyên dụng đặc biệt khác.

3. Cách đeo khẩu trang:

- **Đối với khẩu trang y tế thông thường:**

Đeo mặt xanh ra ngoài, mặt trắng vào trong, kẹp nhôm hướng lên trên, che kín cả mũi lẫn miệng.

Tránh dùng tay cầm vào bề mặt khẩu trang để tháo ra.

Khi tháo khẩu trang ra chỉ cầm vào dây đeo qua tai để tháo và cho vào thùng rác.

Thường xuyên rửa tay với xà phòng để phòng bệnh.

Tốt nhất khi chỉ đeo một khẩu trang một lần trong một ngày và không tái sử dụng hoặc cất vào túi cá nhân.

- Đối với khẩu trang vải:

Che kín cả mũi lẫn miệng.

Tránh không sờ tay vào bề mặt khẩu trang đang đeo.

Tránh dùng tay cầm vào bề mặt khẩu trang để tháo ra.

Khi tháo khẩu trang ra chỉ cầm vào dây đeo qua tai để tháo.

Nên giặt khẩu trang hàng ngày bằng xà phòng để dùng lại cho lần sau.

Thường xuyên rửa tay với xà phòng để phòng bệnh.

Lưu ý: *“Sử dụng khẩu trang phải kết hợp với vệ sinh cá nhân, vệ sinh dụng cụ, vật dụng và rửa tay với xà phòng để phòng bệnh hiệu quả”.*

*** Quy trình rửa tay thường quy**

Bước 1: Làm ướt tay bằng nước và xà phòng. Chà hai lòng bàn tay vào nhau.

Bước 2: Chà lòng bàn tay này lên mu và kẽ ngoài các ngón tay của bàn tay kia và ngược lại.

Bước 3: Chà hai lòng bàn tay vào nhau, miết mạnh các kẽ ngón tay.

Bước 4: Chà mặt ngoài các ngón tay này vào lòng bàn tay kia.

Bước 5: Xoay ngón tay cái của bàn tay này vào lòng bàn tay kia và ngược lại (làm sạch ngón tay cái).

Bước 6: Xoay các đầu ngón tay của tay này vào lòng bàn tay kia và ngược lại. Làm sạch tay dưới vòi nước chảy đến cổ tay và lau khô.

Ghi chú: Rửa tay bằng nước xà phòng khi bàn tay có vết bẩn. Thời gian mỗi lần rửa tay 30 giây, các bước 2, 3, 4, 5 làm đi làm lại tối thiểu 5 lần.