

BÀI TUYÊN TRUYỀN VỀ PHÒNG, CHỐNG DỊCH COVID-19

Để ngăn chặn sự lây lan của dịch bệnh Covid-19; Đề nghị toàn thể nhân dân trên địa bàn thị xã Buôn Hồ thực hiện ngay một số nội dung sau:

I. Yêu cầu Mọi người có thể tự bảo vệ mình thông qua các biện pháp dưới đây:

- Hãy thực hiện thông điệp "5K: Khẩu trang – Khử khuẩn – Khoảng cách – Không tập trung đông người – Khai báo y tế"

- Duy trì khoảng cách giao tiếp từ 1-2 mét giữa bạn và người khác, đặc biệt là những người đang ho, hắt hơi và bị sốt.

- Tránh sờ vào mắt, mũi và miệng.

- Rửa tay thường xuyên bằng dung dịch rửa tay có cồn hoặc với xà phòng và nước.

- Nếu bạn bị sốt, ho và khó thở, hãy đi khám sớm và kể cho nhân viên y tế biết chi tiết trước đó bạn đã đi những đâu.

- Bảo đảm chế độ ăn uống cân bằng, ngủ đủ giấc và thực hiện các biện pháp phòng ngừa bệnh cúm thông thường

Bộ Y tế đưa ra khuyến cáo giúp cho người dân có hướng dẫn cụ thể khi có những biểu hiện (Sốt, ho, đau họng, khó thở trong tình hình dịch bệnh COVID-19 như hiện nay

1. Đeo khẩu trang và tự cách ly ở một phòng riêng, thoáng khí hoặc ở một vị trí trong nhà, giữ khoảng cách với mọi người ít nhất 2 mét;

2. Gọi điện cho đường dây nóng của của Bộ Y tế (số điện thoại 1900 3228 hoặc 1900 9095) hoặc Trung tâm Y Tế Thị xã Buôn Hồ 0905415754, để được tư vấn, hỗ trợ, hướng dẫn.

3. Che kín mũi, miệng khi ho hoặc hắt hơi bằng khuỷu tay áo, khăn vải hoặc khăn tay hoặc khăn giấy; Thải bỏ khẩu trang, khăn giấy sau khi sử dụng vào thùng rác có nắp đậy kín hoặc vào túi và buộc kín miệng;

4. Rửa tay thường xuyên với xà phòng đặc biệt sau khi ho, hắt hơi, sau khi thải bỏ khẩu trang, khăn giấy,

5. Sử dụng riêng đồ dùng cá nhân như cốc uống nước, bát đĩa...

6. Hạn chế sử dụng phương tiện công cộng, không đến chỗ đông người, nơi làm việc, trường học;

II. Đối với Người được cách ly:

- Chấp hành việc tự cách ly tại nơi ở, nơi lưu trú đúng thời gian quy định và có cam kết với chính quyền địa phương.
- Thông báo ngay cho nhân viên y tế được phân công phụ trách theo dõi ngay khi có một trong các triệu chứng nghi ngờ mắc bệnh: sốt, ho, đau họng, khó thở.
- Hạn chế ra khỏi phòng riêng, hạn chế tiếp xúc trực tiếp với người trong gia đình, nơi lưu trú cũng như những người khác.
- Không ra khỏi nơi ở, nơi lưu trú trong suốt thời gian cách ly.
- Thực hiện các biện pháp vệ sinh cá nhân, đeo khẩu trang, thường xuyên rửa tay bằng xà phòng và nước sạch hoặc dung dịch sát khuẩn khác. Không dùng chung các đồ dùng vật dụng cá nhân: bát, đĩa, thìa, cốc, bàn chải đánh răng, khăn mặt...
- Thu gom khẩu trang, khăn, giấy lau mũi, miệng đã qua sử dụng vào túi đựng rác thải riêng để xử lý theo quy định.
- Không ăn chung, không ngủ chung cùng với những người khác trong gia đình, nơi ở, nơi lưu trú.
- Đảm bảo ăn uống đủ chất dinh dưỡng, uống đủ nước, vận động cơ thể, tập thể dục nhẹ nhàng tại chỗ.

III. Thành viên trong hộ gia đình, nơi ở, nơi lưu trú:

- Hạn chế tiếp xúc với người được cách ly, đeo khẩu trang và giữ khoảng cách tối thiểu 2 mét khi cần tiếp xúc.
- Lau nền nhà, bề mặt dụng cụ, tay nắm cửa ở nơi ở, nơi lưu trú hàng ngày bằng các chất tẩy rửa thông thường hoặc dung dịch khử trùng.
- Cung cấp suất ăn riêng cho người được cách ly.
- Thông báo ngay cho nhân viên y tế một trong các triệu chứng nghi ngờ mắc bệnh: sốt, ho, đau họng, khó thở.
- Không tổ chức liên hoan ăn uống, hoạt động đông người tại nơi ở nơi lưu trú. Giúp đỡ, động viên, chia sẻ với người được cách ly trong suốt thời gian cách ly.

Đề nghị mọi người tự giác tuân thủ các biện pháp phòng, chống dịch Covid-19.

