

Tôi đã tiếp xúc với ca được xác nhận là bị nhiễm COVID-19, tôi nên chú ý điều gì?

1. Nếu bạn có tiếp xúc mật thiết với ca đã được xác nhận nhiễm bệnh từ 3 ngày trước khi người đó xuất hiện các triệu chứng đến trước khi cách ly? (Chẳng hạn như ăn tối cùng nhau, sống chung hoặc tiếp xúc trực tiếp trong hơn 15 phút), mời bạn hãy ở nhà và tự cách ly bản thân, chờ thông báo từ cơ quan y tế, trừ khi cần được chăm sóc y tế ngay lập tức, nếu không xin đừng rời khỏi nơi cư trú.
2. Xin hãy ở một mình một phòng riêng ở trong nhà, cố gắng sử dụng nhà vệ sinh và các thiết bị vệ sinh riêng biệt với người trong nhà, không được rời khỏi phòng.
3. Vui lòng tránh tiếp xúc với những người khác sống chung tại nhà, đặc biệt là người cao tuổi, trẻ nhỏ hay người có sức đề kháng miễn dịch kém trong gia đình.
4. Nhất định phải đeo khẩu trang và chú ý vệ sinh tay sạch sẽ (Rửa tay bằng xà phòng và nước, hoặc dùng cồn sát trùng).
5. Chú ý quan sát xem bạn có các triệu chứng liên quan đến COVID-19, như: Sốt, sổ mũi, ho, đau họng, mệt mỏi, đau cơ, nhức đầu, tiêu chảy, khứu giác và vị giác bất thường, khó thở hay thở gấp v.v. hay không.
6. Nếu xuất hiện các triệu chứng dưới đây, phải lập tức liên hệ với 119, Cục y tế hoặc gọi 1922: Thở khò khè, khó thở, đau ngực dai dẳng, tức ngực, mất ý thức hay bất tỉnh, da hay môi hoặc móng tay móng chân thâm xanh.
7. Phải tuân thủ theo hướng dẫn để đi khám chữa bệnh hoặc làm xét nghiệm tầm soát, đồng thời nghiêm cấm di chuyển bằng các phương tiện giao thông công cộng.
8. Yêu cầu người thân chuẩn bị thức ăn và nước uống, không được ăn chung hoặc dùng chung vật dụng với gia đình bạn
9. Vui lòng sử dụng thuốc tẩy pha loãng hoặc cồn sát trùng để làm sạch bề mặt của tất cả các đồ vật thường xuyên chạm vào.
10. Nếu không phải là người tiếp xúc mật thiết, bạn chỉ cần tự theo dõi sức khỏe trong 14 ngày, nếu có bất kỳ triệu chứng nghi ngờ nào, hãy đi bệnh viện để khám xét đánh giá sau khi đeo khẩu trang và thông báo tiền sử có thể đã tiếp xúc với ca mắc bệnh.



Tôi là trường hợp đã được xác nhận bị nhiễm COVID-19, tôi nên chú ý điều gì?

1. Hầu hết những người bị nhiễm COVID-19 đều có các triệu chứng nhẹ, có thể tự hồi phục sau khi nghỉ ngơi dưỡng sức, để nhường nguồn lực y tế cho những bệnh nhân nặng mời bạn ở lại tại nhà không được ra ngoài chờ thông báo từ nhân viên y tế cộng đồng.
2. Xin hãy ở một mình một phòng riêng ở trong nhà, cố gắng sử dụng nhà vệ sinh và các thiết bị vệ sinh riêng biệt với người trong nhà, không được rời khỏi phòng.
3. Vui lòng tránh tiếp xúc với những người khác sống chung tại nhà, đặc biệt là người cao tuổi, trẻ nhỏ hay người có sức đề kháng miễn dịch kém trong gia đình.
4. Nhất định phải đeo khẩu trang và chú ý vệ sinh tay sạch sẽ (Rửa tay bằng xà phòng và nước, hoặc dùng cồn sát trùng).
5. Nếu bạn bị sốt, có thể dùng thuốc hạ sốt để giảm các triệu chứng khó chịu, cố gắng nằm trên giường nghỉ ngơi và uống nước
6. Phải đảm bảo quan sát những thay đổi trong các triệu chứng của bạn, nếu xuất hiện các triệu chứng dưới đây phải lập tức liên hệ với 119, Cục y tế hoặc gọi 1922 : Thở khò khè, khó thở, đau ngực dai dẳng, tức ngực, mất ý thức hay bất tỉnh, da hay môi hoặc móng tay móng chân thâm xanh.
7. Phải tuân thủ theo hướng dẫn để đi chữa bệnh, đồng thời nghiêm cấm di chuyển bằng các phương tiện giao thông công cộng.
8. Yêu cầu người thân chuẩn bị thức ăn và nước uống, không được ăn chung hoặc dùng chung vật dụng với gia đình bạn
9. Vui lòng sử dụng thuốc tẩy pha loãng hoặc cồn sát trùng để làm sạch bề mặt của tất cả các đồ vật thường xuyên chạm vào.
10. Gọi điện liên lạc với những người đã từng tiếp xúc mật thiết với bạn (trong khoảng thời gian 3 ngày trước khi bạn có các triệu chứng đến trước khi bạn bị cách ly, có ăn tối cùng nhau, sống chung hoặc tiếp xúc trực tiếp trong hơn 15 phút), yêu cầu họ tự cách ly và theo dõi sức khỏe.

