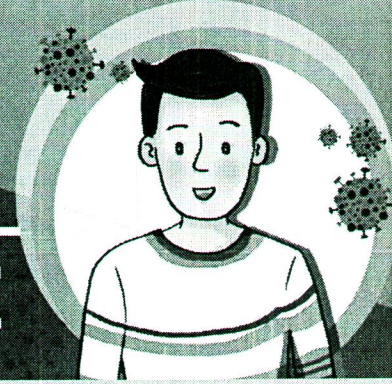


# NHỮNG ĐIỀU CẦN BIẾT ĐỂ PHÒNG BỆNH VIÊM ĐƯỜNG HÔ HẤP CẤP DO VI RÚT CORONA MỚI



## Bệnh viêm đường hô hấp cấp do vi rút Corona mới là gì?

- Là bệnh do chủng mới của vi rút Corona gây ra. Nguồn lây chính từ động vật.
- Bệnh lây truyền từ người sang người qua đường hô hấp do tiếp xúc với dịch tiết mũi họng của người bệnh khi nói chuyện, ho, hắt hơi.



- Bệnh có biểu hiện giống cúm thông thường như: sốt, ho, chảy nước mũi, đau họng... Khi tiến triển nặng sẽ dẫn đến viêm phổi, suy hô hấp cấp, có nguy cơ tử vong cao.



Sốt



Ho



Khó thở

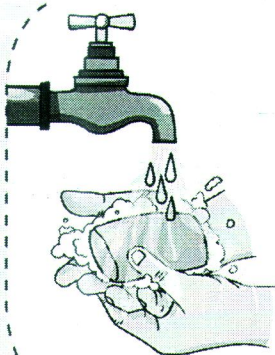
- Hiện nay chưa có vắc xin phòng bệnh và thuốc điều trị đặc hiệu.





# CÁC BIỆN PHÁP PHÒNG CHỐNG BỆNH VIÊM ĐƯỜNG HÔ HẤP CẤP

## DO VI RÚT CORONA MỚI



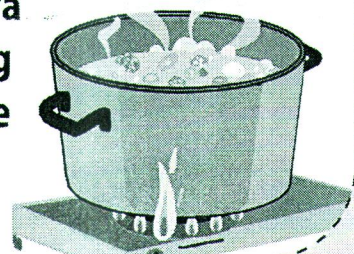
Thực hiện vệ  
sinh cá nhân.  
Rửa tay bằng  
xà phòng và  
nước sạch

Che miệng, mũi  
khi ho, hắt hơi.  
Đeo khẩu trang ở  
nơi công cộng



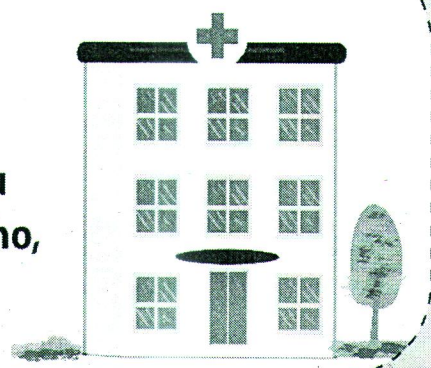
Giữ nhà cửa  
sạch sẽ, thông  
thoáng

Tập thể dục, ăn  
chín uống sôi và  
đủ chất để tăng  
cường sức khỏe



Tránh tiếp xúc  
với người có  
biểu hiện cúm

Đến ngay  
cơ sở y tế  
khi có biểu  
hiện: sốt, ho,  
khó thở



Đường dây nóng  
**19003228**

ĐƯỜNG DÂY NÓNG TTYT GIA LÂM  
**0963 792 200**



BỘ Y TẾ  
TRUNG TÂM TRUYỀN THÔNG GIÁO DỤC SỨC KHỎE TRUNG ƯƠNG  
Năm 2020





## **Phòng chống bệnh viêm đường hô hấp cấp do chủng mới của vi rút Corona**

Bệnh viêm đường hô hấp cấp tính do chủng mới của vi rút Corona là bệnh do vi rút Corona gây nên, bệnh có thể lây truyền trực tiếp từ người sang người, Người mắc bệnh có thể có các biểu hiện từ nhẹ như cảm lạnh thông thường (mệt mỏi, sốt, ho, đau họng) đến viêm đường hô hấp cấp tính nặng, khó thở, suy hô hấp tiến triển và có thể tử vong, đặc biệt ở những người có bệnh lý mạn tính, bệnh lý nền như tăng huyết áp, đái tháo đường, hen phế quản...Hiện chưa có thuốc điều trị đặc hiệu và chưa có vắc xin phòng bệnh.

Hiện nay, tình hình bệnh đang diễn biến phức tạp tại Trung Quốc và 26 quốc gia trên thế giới có bệnh nhân nhiễm vi rút Corona. Trong đó, tại Việt Nam có 08 bệnh nhân dương tính với vi rút Corona.

Tính đến thời điểm 7h sáng ngày 03/2/2020 ghi nhận 17.205 ca nhiễm dương tính với vi rút Corona và có 361 ca tử vong.

Để chủ động phòng chống bệnh viêm đường hô hấp cấp do chủng mới của vi rút corona, người dân cần thực hiện tốt các biện pháp sau:

- Hạn chế tiếp xúc trực tiếp với người bị bệnh viêm đường hô hấp cấp tính (sốt, ho); khi cần thiết phải tiếp xúc với người bệnh phải đeo khẩu trang y tế đúng cách và giữ khoảng cách khi tiếp xúc.
- Giữ ấm cơ thể, vệ sinh cá nhân, rửa tay thường xuyên bằng xà phòng, súc họng bằng nước sát khuẩn miệng để phòng bệnh viêm phổi.
- Cần che miệng và mũi khi ho hoặc hắt hơi, tốt nhất bằng khăn vải hoặc khăn tay để làm giảm phát tán các dịch tiết đường hô hấp.
- Những người trở về từ thành phố Vũ Hán, tỉnh Hồ Bắc, Trung Quốc hoặc các tỉnh/ thành phố khác của Trung Quốc đang có dịch hoặc có tiếp xúc gần với người mắc bệnh viêm đường hô hấp cấp tính trong vòng 14 ngày nếu có dấu hiệu

mệt mỏi, sốt, ho, khó thở, cần đến ngay cơ sở y tế gần nhất để được tư vấn, khám, điều trị kịp thời.

- Khi phát hiện dịch bệnh cần thông tin cho Trạm Y tế, chính quyền địa phương gần nhất, để giám sát, xử lý, ứng phó với dịch bệnh không để dịch bùng phát, lây lan.



SỞ Y TẾ HÀ NỘI  
**TRUNG TÂM Y TẾ GIA LÂM**

**CỘNG HOÀ XÃ HỘI CHỦ NGHĨA VIỆT NAM**  
**Độc lập - Tự do - Hạnh phúc**

Số: 32 /TTYT-YTCC&DD

V/v phòng chống bệnh Viêm đường hô hấp cấp do  
chủng virut Corona (nCoV) trong trường học

Gia Lâm, ngày 01 tháng 01 năm 2020

Kính gửi - Phòng Giáo dục và Đào tạo huyện Gia Lâm.  
- Ban Giám hiệu các trường Mẫu giáo - Mầm non, Tiểu  
Học, THCS, THPT.

Căn cứ Kế hoạch số 201/KH - KSBT ngày 16/10/2019 của Trung tâm Kiểm  
soát bệnh tật Thành phố Hà Nội về việc phòng chống bệnh Viêm đường hô hấp  
cấp do chủng mới của vi rút Corona (nCoV);

Thực hiện Kế hoạch số 35/KH - TTYT ngày 23/01/2020 của Trung tâm Y tế  
huyện Gia Lâm về việc Phòng chống bệnh Viêm đường hô hấp cấp do chủng mới  
của vi rút Corona (nCoV);

Để tăng cường chủ động công tác phòng, chống dịch bệnh Viêm đường hô  
hấp cấp do chủng mới của vi rút Corona (nCoV), Trung tâm Y tế Gia Lâm yêu cầu  
các cơ sở giáo dục thực hiện tốt các nội dung sau:

**1. Tăng cường các biện pháp tuyên truyền phòng chống bệnh nCoV:**

- Thực hiện nhiều hình thức tuyên truyền các biện pháp phòng, chống dịch  
bệnh Viêm đường hô hấp cấp do virut Corona cho cán bộ giáo viên, nhân viên,  
học sinh trong trường học (tờ rơi, pano, áp phích, loa truyền thanh, ...)

- Hạn chế tiếp xúc trực tiếp với người bị bệnh viêm đường hô hấp cấp tính  
(sốt, ho); Sử dụng khẩu trang y tế đúng cách khi đến chỗ đông người.

- Giữ ấm cơ thể, vệ sinh cá nhân, rửa tay thường xuyên bằng xà phòng hoặc  
nước sát khuẩn tay nhanh, súc họng bằng nước sát khuẩn miệng; ăn chín uống sôi,  
ăn đủ chất, đảm bảo dinh dưỡng, luyện tập thể dục thể thao hợp lý để chủ động  
phòng bệnh.

- Cần che miệng và mũi khi ho hoặc hắt hơi, tốt nhất bằng khăn vải hoặc  
khăn tay để làm giảm phát tán các dịch tiết đường hô hấp.

**2. Tăng cường công tác vệ sinh môi trường trong trường học:**

- Các trường học có chế độ vệ sinh hàng ngày đồ dùng cá nhân (ca, cốc, bát,  
đũa, khăn mặt, đồ chơi...).

- Hàng ngày tổng vệ sinh toàn trường, khu vực lớp học, nhà ăn, sân chơi...



### **3. Giám sát các trường hợp học sinh nghỉ học:**

- Những học sinh có biểu hiện sốt, ho, khó thở...thì cần cho nghỉ học, cần được đưa đến ngay cơ sở y tế để được tư vấn, khám và điều trị.

- Các trường học khi có trường hợp học sinh, nhân viên, giáo viên nhà trường nghi mắc bệnh Viêm phổi cấp do chủng virus Corona cần báo ngay cho cơ sở y tế gần nhất để được điều tra dịch tễ học, đồng thời tiến hành khoanh vùng, xử lý dịch kịp thời.

Trung tâm Y tế Gia Lâm đề nghị Phòng Giáo dục và Đào tạo huyện Gia Lâm, Ban giám hiệu các trường Mẫu giáo – Mầm non, Tiểu học, THCS, THPT trên địa bàn triển khai thực hiện tốt các nội dung trên.

#### **Nơi nhận:**

- Phòng GD&ĐT; (để p/hợp)
- Các trường học; (để t/hiện)
- Lưu: VT, YTCC&DD.



**Phan Thanh Lam**





Để giúp người dân nâng cao hiểu biết và chủ động phòng chống dịch bệnh, Bộ Y tế vừa cung cấp bộ cẩm nang 10 câu hỏi - đáp. Cụ thể như sau:

### **Câu hỏi 1: Coronavirus 2019 là gì?**

Trả lời: Coronavirus 2019 (2019-nCoV) là một loại virus đường hô hấp mới gây bệnh viêm đường hô hấp cấp ở người và cho thấy có sự lây lan từ người sang người. Virus này được xác định trong một cuộc điều tra ổ dịch bắt nguồn từ khu chợ lớn chuyên bán hải sản và động vật ở Vũ Hán, tỉnh Hồ Bắc, Trung Quốc. 2019-nCoV là chủng virus mới chưa được xác định trước đó. Ngoài chủng coronavirus mới phát hiện này, đã có 6 chủng coronavirus khác được biết tới ngày nay có khả năng lây nhiễm ở người.

### **Câu hỏi 2: Nguồn gốc của 2019-nCoV từ đâu?**

Trả lời: Các cơ quan y tế và đối tác y tế đang nỗ lực để xác định nguồn gốc của 2019-nCoV. Virus corona là một betacoronavirus, giống như MERS và SAR, tất cả đều có nguồn gốc từ vật chủ từ loài dơi. Virus corona là một họ virus lớn, phổ biến ở nhiều loài động vật khác nhau bao gồm lạc đà, mèo và dơi. Phân tích cây di truyền của virus này đang được tiếp tục để biết nguồn gốc cụ thể của virus. SARS, một loại coronavirus khác xuất hiện lây nhiễm cho người, bắt nguồn loài từ cây hương, trong khi MERS, một loại coronavirus khác lây nhiễm cho người, bắt nguồn từ lạc đà.

### **Câu hỏi 3: Cơ chế 2019-nCoV lây lan như thế nào?**

Trả lời: Vi-rút này ban đầu xuất hiện từ nguồn động vật nhưng có khả năng lây lan từ người sang người. Điều quan trọng cần lưu ý là sự lây lan từ người sang người có thể xảy ra liên tục. Ở người, virus lây từ người này sang người kia thông qua tiếp xúc với dịch cơ thể của người bệnh. Tùy thuộc vào mức độ lây lan của chủng virus, việc ho, hắt hơi hay bắt tay có thể khiến người xung quanh bị phơi nhiễm.



Virus cũng có thể bị lây từ việc ai đó chạm tay vào một vật mà người bệnh chạm vào, sau đó đưa lên miệng, mũi, mắt họ. Những người chăm sóc bệnh nhân cũng có thể bị phơi nhiễm virus khi xử lý các chất thải của người bệnh.

#### **Câu hỏi 4: 2019-nCoV có giống với virus MERS-CoV hoặc SARS không?**

Trả lời: Không. Coronavirus là một họ virus lớn, một số virus gây bệnh ở người và virus lây truyền giữa các loài động vật, bao gồm lạc đà, mèo và dơi. 2019-nCoV mới xuất hiện gần đây không giống với coronavirus gây ra Hội chứng hô hấp Trung Đông (MERS) hoặc coronavirus gây ra Hội chứng hô hấp cấp tính nặng (SARS). Tuy nhiên, các phân tích di truyền cho thấy virus này xuất hiện từ một loại virus liên quan đến SARS. Hiện nay, những cuộc điều tra đang diễn ra để tìm hiểu thêm.

#### **Câu hỏi 5: Làm thế nào giúp tôi có thể bảo vệ bản thân?**

Trả lời: Bộ Y tế khuyến cáo người dân và cộng đồng chủ động thực hiện tốt các biện pháp sau:

- 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 của bạn 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 khi sử dụng khăn giấy bỏ vào thùng rác rồi rửa tay sạch sẽ.
- Nếu thấy có dấu hiệu ốm khi đi lại, du lịch 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 động vật nuôi hoặc hoang dã.
- Đeo khẩu trang khi đi đến chỗ đông người hoặc khi tiếp xúc với người có triệu chứng bệnh.



- Khi sử dụng khẩu trang, hãy chắc chắn rằng khẩu trang che kín miệng và mũi và tránh chạm vào khẩu trang khi đang sử dụng.

- Nếu sử dụng các loại khẩu trang dùng 1 lần, sau khi sử dụng cần loại bỏ ngay lập tức vào thùng rác và rửa sạch tay sau khi bỏ khẩu trang.

#### 4. Chủ động tìm đến cơ sở y tế nếu bạn bị ốm

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

- Hãy chia sẻ lịch trình di chuyển của bạn với nhân viên y tế

#### 5. Lưu ý quan trọng để phòng, chống lây nhiễm nCoV

- Chỉ sử dụng các loại thực phẩm được nấu chín và đảm bảo an toàn thực phẩm

- Không khạc nhổ bừa bãi nơi công cộng

- Tránh tiếp xúc quá gần với các loại động vật nuôi hoặc hoang dã, dù là động vật sống, bị ốm hay đã chết.

#### **Câu hỏi 7: Tôi có thể liên hệ thông báo thông tin bằng cách nào?**

Trả lời: Bộ Y tế công bố số điện thoại đường dây nóng cung cấp thông tin về bệnh Viêm đường hô hấp cấp do nCoV 2019: 19003228.

Hoặc có thể liên hệ trực tiếp qua các đường dây nóng của các cơ sở y tế tại địa phương.

#### **Câu hỏi 8: Những triệu chứng và biến chứng của 2019-nCoV có thể gây ra là gì?**

Trả lời: Theo báo cáo ở bệnh nhân mắc 2019-nCoV từ nhẹ đến nặng bao gồm các triệu: sốt, ho và khó thở. Các triệu chứng này có thể xuất hiện từ 2 đến 14 ngày sau khi tiếp xúc nguồn bệnh. Tới khi khởi phát, nCoV có thể diễn biến đến viêm phổi nặng, suy hô hấp tiến triển và tử vong, đặc biệt ở những người có bệnh mạn tính, suy giảm miễn dịch.

#### **Câu hỏi 9: Làm thế nào để kiểm tra một người có nhiễm 2019-nCoV hay không?**



### *\* 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 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. Khi đến cần gọi điện trước để thông tin về các triệu chứng và lịch trình đã di chuyển trong thời gian gần đây để có biện pháp hỗ trợ.

### *\* Những người đến Trung Quốc*

- Nếu không có việc cần thiết hoặc công việc đột xuất, không nên đến Trung Quốc trong dịp này.

- 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. Khi đến cần gọi điện trước để thông tin về các triệu chứng và lịch trình đã di chuyển trong thời gian gần đây để có biện pháp hỗ trợ.

### **Câu hỏi 6: Tôi phải làm gì khi có lịch trình đi lại, du lịch?**

1. Tránh đi lại, du lịch nếu bạn đang có các triệu chứng sốt, ho hoặc khó thở

- Cần đến ngay cơ sở y tế khi có các triệu chứng kể trên.

- Hãy chia sẻ lịch trình di chuyển của bạn với nhân viên y tế.

2. Một số lưu ý để phòng, chống lây nhiễm nCoV

- Tránh tiếp xúc quá gần với người bị sốt hay bị ho.

- Rửa sạch tay thường xuyên với xà phòng và nước sạch; hoặc các loại nước rửa tay có chứa cồn.

- Tránh chạm tay vào mắt, mũi hay miệng

3. Sử dụng khẩu trang y tế đúng cách

- Khi ho hay hắt hơi, hãy che kín miệng và mũi bằng khăn giấy hoặc tay áo. Sau khi sử dụng khăn giấy, vứt khăn giấy vào thùng rác. Rửa sạch tay ngay lập tức.



Trả lời: Tại thời điểm này, các kiểm tra chẩn đoán chính xác 2019-nCoV chỉ có thể được tiến hành tại các cơ sở y tế được phép thực hiện xét nghiệm. Kỹ thuật xác định chủng 2019-nCoV đó là kỹ thuật Real time RT - PCR với bệnh phẩm là dịch đường hô hấp, đờm, dịch nội khí quản được thu thập bằng tăm bông và bảo quản trong môi trường phù hợp. Trong trường hợp người mới nghi nhiễm virus Corona, các cơ sở y tế sẽ làm thủ tục lưu mẫu máu để chuyển đến các đơn vị được Bộ Y tế cho phép khẳng định.

Ngày 28/1/2020, Bộ Y tế đã có văn bản 362/BYT-KCB gửi Bệnh viện, Sở Y tế, y tế các bộ, ngành thực hiện việc tiếp nhận, thu dung, điều trị và quản lý người nghi ngờ mắc bệnh viêm đường hô hấp cấp tính do chủng mới của virus Corona với phân tuyến khu vực cho các Bệnh viện, Viện cụ thể.

**Câu hỏi 10: Các chuyên gia y tế chăm sóc sức khỏe và các cơ sở y tế cần làm gì?**

Trả lời: Về nguyên tắc điều trị bệnh, các ca bệnh nghi ngờ đều phải được khám ở khu riêng tại bệnh viện, được lấy bệnh phẩm đúng cách để làm xét nghiệm đặc hiệu để chẩn đoán xác định bệnh. Ca bệnh cần nhập viện theo dõi và cách ly hoàn toàn. Hiện nay chưa có thuốc điều trị đặc hiệu và chưa có vắc xin phòng bệnh vì vậy chủ yếu điều trị triệu chứng, phát hiện và xử trí kịp thời tình trạng suy hô hấp, suy thận và các tạng khác (nếu có).



