

UBND TỈNH BẮC KẠN  
SỞ Y TẾ

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

Số: /SYT-NVY  
V/v cung cấp thông tin tuyên truyền  
phòng chống COVID-19.

Bắc Kạn, ngày tháng năm 2020

Kính gửi: Các Sở, Ban, Ngành, Đoàn thể trên địa bàn tỉnh Bắc Kạn.

Thực hiện Công văn số 643/BYT-TT-KT ngày 13 tháng 02 năm 2020 của Bộ Y tế, về việc tăng cường truyền thông phòng, chống bệnh viêm đường hô hấp cấp COVID-19; Công văn số 45/GDSKTU' ngày 19/02/2020 của Trung tâm Truyền thông Giáo dục sức khỏe Trung ương về việc tăng cường công tác truyền thông phòng, chống dịch bệnh viêm đường hô hấp cấp do COVID-19.

Để nhân dân trong tỉnh hiểu đúng về dịch bệnh, từ đó có cách phòng chống dịch bệnh COVID-19 hiệu quả, Sở Y tế gửi tới các Sở, Ban, Ngành, Đoàn thể, thông tin về dịch bệnh viêm đường hô hấp cấp do COVID-19. (có bản tài liệu đính kèm).

Với nội dung trên, Sở Y tế đề nghị các đơn vị phối hợp thực hiện./.

**Nơi nhận:**

Bản điện tử:

- Như trên;
- UBND tỉnh;
- BGĐ Sở Y tế;
- Lưu: VT, NVY.

**KT. GIÁM ĐỐC  
PHÓ GIÁM ĐỐC**

**Tạc Văn Nam**

# **THÔNG TIN PHÒNG, CHỐNG DỊCH BỆNH VIÊM ĐƯỜNG HÔ HẤP CẤP DO CHỨNG VIRUT CORONA MỚI(COVID – 19)**

*(Kèm theo Công văn số /SYT-NVY, ngày / /2020 về việc cung cấp  
thông tin phòng chống COVID-19)*

## **1. Một số khái niệm.**

Virut Corona là một loại virut mới gây bệnh viêm đường hô hấp cấp ở người và cho thấy có sự lây lan từ người sang người.

COVID-19 là tên gọi của dịch bệnh do Tổ chức Y tế thế giới (WHO) đặt tên, dịch bệnh viêm đường hô hấp cấp do chủng virus Corona mới gây ra (Trong đó: “CO”- viết tắt của Corona, “VI” – virus, “D” – disease – dịch bệnh)

Tên khoa học SARS-CoV-2, tức Virus corona 2 gây Hội chứng hô hấp cấp tính nặng.

## **2. Triệu chứng và tiến triển.**

Người mắc bệnh có triệu chứng viêm đường hô hấp cấp tính về hô hấp, sốt, ho, thở nông và khó thở, có viêm kết mạc. Những trường hợp có biến chứng sẽ kèm với viêm phổi. Thời gian ủ bệnh có thể thay đổi từ 2-14 ngày kể từ khi nhiễm bệnh. Tới khi khởi phát, COVID -19 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.

## **3. Cách thức lây truyền virut Corona như thế nào**

Ở người, virut lây truyền từ người này sang người kia thông qua tiếp xúc với dịch cơ thể của người bệnh, virut phát tán từ người bệnh qua các giọt bắn trong không khí khi người bệnh ho, hắt hơi... và cũng có thể lan truyền nếu người lành sờ vào các vật dụng có virut rồi sờ vào miệng, mắt, mũi...

## **4. Phòng bệnh.**

Đến nay, bệnh COVID-19 chưa có thuốc điều trị đặc hiệu và vắc xin phòng bệnh. Vì vậy, cần chủ động phòng bệnh viêm đường hô hấp cấp COVID-19 theo những khuyến cáo của Bộ Y tế, như sau:

### *4.1 Phòng chống bệnh viêm đường hô hấp cấp COVID-19 tại cộng đồng:*

- Tránh tiếp xúc trực tiếp với người có biểu hiện sốt, ho, khó thở; đeo khẩu trang đúng cách và giữ khoảng cách trên 2 mét khi phải tiếp xúc.

- Không đi du lịch đến vùng có dịch bệnh. Hạn chế đến nơi tập trung đông người; nếu đến, cần đeo khẩu trang, rửa tay thường xuyên bằng xà phòng hoặc dung dịch sát khuẩn theo khuyến cáo và đúng cách.

- Che miệng và mũi khi ho hoặc hắt hơi, tốt nhất bằng khăn vải hoặc khăn tay hoặc ống tay áo để làm giảm phát tán các dịch tiết đường hô hấp. Không khạc nhổ bừa bãi nơi công cộng.

- Giữ ấm cơ thể, ăn thức ăn đã được nấu chín, đủ chất, nghỉ ngơi, sinh hoạt hợp lý, luyện tập thể thao.

- Người có biểu hiện sốt, ho, khó thở phải thông báo ngay cho cơ sở y tế gần nhất để được tư vấn, khám, điều trị kịp thời.

- Rửa tay thường xuyên với xà phòng dưới vòi nước chảy trong ít nhất 30 giây. Nếu không có xà phòng và nước sạch thì dùng các sản phẩm vệ sinh tay có chứa cồn (ít nhất 60% cồn); tránh chạm tay lên mắt, mũi, miệng. Súc miệng, họng bằng nước muối hoặc nước súc miệng.

- Tăng cường thông khí nhà ở bằng cách mở các cửa ra vào và cửa sổ; hạn chế sử dụng điều hòa. Thường xuyên lau nền nhà, tay nắm cửa và các đồ vật trong nhà bằng xà phòng hoặc các dung dịch khử khuẩn thông thường khác.

- Tránh mua bán, tiếp xúc với các loại động vật hoang dã.

#### *4.2 Phòng chống bệnh viêm đường hô hấp cấp COVID-19 tại nơi làm việc:*

##### \* Đối với người lao động:

- Tăng cường vệ sinh cá nhân, thường xuyên rửa tay bằng 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);

- Tránh chạm tay vào mắt, mũi, miệng;

- Che kín miệng, mũi khi ho hoặc hắt hơi bằng khuỷu tay áo, khăn vải hoặc khăn tay hoặc khăn giấy để làm giảm phát tán các dịch tiết đường hô hấp ra không khí. Giặt sạch khăn hoặc bỏ ngay khăn giấy vào thùng rác sau khi sử dụng và rửa sạch tay;

- Duy trì các thói quen tốt cho sức khỏe như tập thể dục giữa ca làm việc, tích cực vận động cơ thể, ăn uống hợp vệ sinh, đủ chất, giữ ấm mũi họng, nâng cao thể trạng;

- Hạn chế tiếp xúc với người bị bệnh viêm đường hô hấp cấp tính (sốt, ho, khó thở), trong trường hợp cần thiết phải đeo khẩu trang y tế đúng cách và giữ khoảng cách tiếp xúc;

- Nếu thấy bản thân hoặc người cùng làm việc có các biểu hiện sốt, ho, khó thở,... thì cần thông báo cho người sử dụng lao động, người làm công tác y tế tại cơ sở lao động để được tư vấn, cách ly và điều trị kịp thời.

##### \* Đối với người sử dụng lao động:

- Bố trí chỗ rửa tay bằng nước sạch với xà phòng hoặc cung cấp các sản phẩm vệ sinh tay có chứa cồn (ít nhất 60% cồn);

- Duy trì vệ sinh sạch sẽ, thường xuyên lau nền nhà và khử trùng các bề mặt tại nơi làm việc có thể có vi rút như nắm tay cửa, nút bấm thang máy, điện thoại dùng chung, bàn phím máy tính, mặt bàn,...bằng các chất tẩy rửa thông thường như xà phòng và các khử khuẩn thông thường khác;

- Đảm bảo thông gió tốt, tăng cường thông gió tự nhiên nơi làm việc;

- Có quy định và hướng dẫn người lao động cách tự bảo vệ, thực hiện đầy đủ các khuyến cáo của Bộ Y tế khi có các biểu hiện mắc bệnh hoặc tiếp xúc với người nghi mắc bệnh. Có cơ chế cho phép người lao động làm việc tại nhà hoặc bố trí ca làm việc linh động đối với những người nghi mắc bệnh (nếu được);

- Các cơ sở lao động có bộ phận tiếp tân, hàng không, hải quan, ngân hàng, ngành dịch vụ,... tiếp xúc với nhiều người cần cung cấp và hướng dẫn sử dụng khẩu trang đúng cách cho người lao động và cân nhắc lắp đặt hệ thống kính chắn tại các khu vực tiếp xúc, giao dịch.

#### *4.3 Phòng chống bệnh viêm đường hô hấp cấp COVID-19 tại trường học:*

- Tổ chức tuyên truyền để học sinh và phụ huynh học sinh hiểu đúng về dịch bệnh COVID-19 bằng các hình thức khác nhau như số liên lạc điện tử hoặc hệ thống thông tin liên lạc khác (nếu có).

- Không tổ chức các hoạt động tập trung đông người, tham quan thực tế, dã ngoại, học thêm.

- Nhà trường cần đảm bảo môi trường trường học an toàn, vệ sinh khử khuẩn trường học theo hướng dẫn của Bộ Y tế trong thời gian trước khi học sinh đến trường và thời gian học tại trường;

- Giám sát chặt chẽ sức khỏe học sinh trước khi đến trường qua sàng lọc nguy cơ cụ thể, rà soát những địa bàn học sinh đã đi đến, đi qua liên quan đến vùng dịch lưu hành; chủ động phát hiện sớm những dấu hiệu bất thường về sức khỏe liên quan đến bệnh hô hấp như ho, sốt, khó thở...

- Khi phát hiện học sinh hoặc giáo viên, cán bộ nhân viên nhà trường có biểu hiện sốt, ho, khó thở thì phải đưa đến phòng y tế ngay để kiểm tra, theo dõi, cách ly và thông báo ngay cho cha mẹ học sinh, trạm y tế cấp xã và cơ quan quản lý tại địa phương.

- Nhà trường bố trí đón và giao học sinh tại cổng trường; Cha mẹ học sinh không được vào trong trường; hạn chế, không cho người không có nhiệm vụ vào trường.

#### 4.4 Phòng bệnh viêm đường hô hấp cấp COVID-19 tại trung tâm thương mại, siêu thị, công viên, khu du lịch (gọi tắt là khu dịch vụ)

*Trước khi đến khu dịch vụ:*

Người lao động, người bán hàng phải tự đo nhiệt độ. Nếu có sốt hoặc ho, khó thở thì báo cho người sử dụng lao động, ban quản lý khu dịch vụ và nghỉ ở nhà để theo dõi sức khỏe, nếu cần thì đến cơ sở y tế gần nhất để được khám, tư vấn, điều trị.

Không đến khu dịch vụ nếu đang trong thời gian cách ly tại nhà theo yêu cầu của cơ quan y tế.

*Trong thời gian làm việc, tiếp xúc tại khu dịch vụ:*

Người làm việc và khách hàng tại các vị trí phải tiếp xúc cần đeo khẩu trang đúng cách theo hướng dẫn của Bộ Y tế.

Hạn chế bắt tay, hạn chế tiếp xúc trong khoảng cách dưới 1m (nếu có thể).

Người làm việc, lao động tại khu dịch vụ phải thường xuyên rửa tay với xà phòng và nước sạch tại các thời điểm: trước khi vào làm việc, sau giờ nghỉ giải lao, trước và sau khi ăn, trước và sau khi chế biến thức ăn, sau khi đi vệ sinh, sau khi ho, hắt hơi, khi tay bẩn, sau khi tiếp xúc trực tiếp.

Che kín mũi, miệng khi ho hoặc hắt hơi bằng khuỷu tay áo, khăn vải hoặc khăn tay hoặc khăn giấy để làm giảm phát tán các dịch tiết đường hô hấp ra không khí. Bỏ ngay khăn giấy vào thùng rác sau khi sử dụng và rửa sạch tay. Bỏ rác đúng nơi quy định tại khu dịch vụ.

Tránh đưa tay lên mắt, mũi, miệng để tránh lây nhiễm bệnh.

Không dùng chung các đồ dùng cá nhân như cốc, chai nước, khăn tay...

Không khạc nhổ bừa bãi.

Nếu phát hiện bản thân hoặc người làm việc, người bán hàng cùng hoặc khách hàng có biểu hiện sốt hoặc ho, khó thở thì phải báo cho cán bộ phụ trách phòng chống dịch tại khu dịch vụ và người sử dụng lao động để được tư vấn, cách ly và điều trị kịp thời.

**\* Khuyến cáo về vệ sinh môi trường, khử khuẩn tại khu dịch vụ:**

Khử khuẩn bằng các chất tẩy rửa thông thường như chai xịt tẩy rửa đa năng hoặc các dung dịch khử khuẩn có chứa 0,05% Clo hoạt tính hoặc có chứa ít nhất 60% cồn. Ưu tiên khử khuẩn bằng cách lau rửa.

Tổ chức khử khuẩn khu dịch vụ như sau: Đối với nền nhà, tường, bàn ghế, các đồ vật trong phòng, gian bán hàng, khu chơi của trẻ em, khu vệ sinh chung: khử khuẩn ít nhất 1 lần/ngày. Đối với vị trí có tiếp xúc thường xuyên như

tay nắm cửa, tay vịn cầu thang, nút bấm thang máy, tay vịn lan can: khử khuẩn ít nhất 4 lần/ngày.

Tăng cường thông khí tại các phòng, gian bán hàng, khu vui chơi... của khu dịch vụ bằng cách mở cửa ra vào và cửa sổ hoặc các giải pháp phù hợp khác; hạn chế sử dụng điều hòa.

Chất thải phải được thu gom và đưa đi xử lý hàng ngày.

\* Trách nhiệm của ban quản lý và người sử dụng lao động:

Phân công và công khai thông tin liên lạc (tên, số điện thoại) của cán bộ đầu mối phụ trách về công tác phòng chống dịch bệnh COVID-19 tại khu dịch vụ.

Bố trí đủ thùng đựng chất thải có nắp đậy; bố trí đầy đủ khu vực rửa tay, nhà vệ sinh và đảm bảo luôn có đủ nước sạch và xà phòng cho người lao động làm việc, bán hàng tại khu dịch vụ và khách hàng. Đối với người lao động, làm việc tại khu dịch vụ không thể rời khỏi vị trí trong ca làm việc, phải cung cấp dung dịch sát khuẩn tay có chứa cồn.

Cung cấp đầy đủ khẩu trang cho người làm việc tiếp xúc với khách hàng.

Tăng cường đảm bảo an toàn vệ sinh thực phẩm trong khu dịch vụ.

Tổ chức tập huấn cho tất cả người lao động, làm việc, bán hàng tại khu dịch vụ về việc thực hiện khuyến cáo này và các hướng dẫn khác của Bộ Y tế về phòng chống dịch bệnh COVID-19.

Tổ chức thông tin truyền thông về phòng chống dịch bệnh COVID-19 cho người lao động, làm việc, bán hàng và khách hàng.

Đảm bảo điều kiện và tổ chức thực hiện các nội dung của khuyến cáo này.

*Khi có trường hợp nghi ngờ mắc bệnh, cần thực hiện cách ly ngay, đồng thời thông báo cho cơ quan y tế địa phương (thông qua đường dây nóng 19003228 hoặc 19009095).*

*5. Hướng dẫn cách ly y tế tại nhà và nơi lưu trú.*

Nhằm ngăn chặn sự lây lan của bệnh viêm đường hô hấp cấp COVID-19, Ngày 07/02/2020, Bộ Y tế ban hành Quyết định số 345/QĐ-BYT về việc “Hướng dẫn cách ly y tế tại nhà, nơi lưu trú để phòng chống bệnh viêm đường hô hấp cấp do chủng mới của vi rút Corona”, với những nội dung sau:

- *Hình thức cách ly:* Cách ly y tế theo Luật Phòng chống bệnh truyền nhiễm năm 2007.

- *Đối tượng cách ly:* Những người không có các triệu chứng nghi nhiễm nCoV (ho, sốt, khó thở) và có một trong những yếu tố sau đây:

Sống trong cùng nhà, nơi lưu trú với trường hợp bệnh xác định hoặc trường hợp bệnh nghi ngờ trong thời gian mắc bệnh;

Cùng làm việc với trường hợp bệnh xác định hoặc trường hợp bệnh nghi ngờ trong thời gian mắc bệnh;

Cùng nhóm du lịch, đoàn công tác, nhóm vui chơi với trường hợp bệnh xác định hoặc trường hợp bệnh nghi ngờ trong thời gian mắc bệnh;

Có tiếp xúc gần trong vòng 2 mét với trường hợp bệnh xác định hoặc trường hợp bệnh nghi ngờ trong thời gian mắc bệnh ở bất kỳ tình huống nào;

Ngồi cùng hàng hoặc trước sau hai hàng ghế trên cùng một chuyến xe/toa tàu/máy bay với trường hợp bệnh xác định hoặc trường hợp bệnh nghi ngờ;

Người nước ngoài nhập cảnh vào Việt Nam từ Trung Quốc hoặc từng đi qua Trung Quốc (trừ tỉnh Hồ Bắc) trong vòng 14 ngày kể từ ngày nhập cảnh.

- *Thời gian cách ly:*

Cách ly tối đa 14 ngày, số ngày cách ly cụ thể được tính từ ngày tiếp xúc lần cuối với trường hợp bệnh xác định hoặc trường hợp bệnh nghi ngờ hoặc từ ngày nhập cảnh vào Việt Nam.

Khi người nghi ngờ mắc bệnh được chẩn đoán loại trừ không mắc bệnh thì những người được cách ly có liên quan sẽ kết thúc việc cách ly.

- *Tổ chức thực hiện cách ly:*

+ *Với cán bộ y tế:* Tổ chức điều tra, lập danh sách người cần cách ly để ghi nhận thông tin về địa chỉ gia đình, nơi lưu trú, số điện thoại cá nhân, tên và số điện thoại của người khi cần liên hệ. Cung cấp số điện thoại của cơ quan y tế cho người được cách ly và gia đình, người quản lý nơi lưu trú;

Phối hợp với chính quyền địa phương đến nhà hoặc nơi lưu trú của người được cách ly thông báo yêu cầu, mục đích, thời gian của việc cách ly cho người được cách ly và gia đình hoặc người quản lý nơi lưu trú; vận động tạo sự đồng thuận, tình nguyện thực hiện. Trong trường hợp đối tượng cách ly không thực hiện, áp dụng biện pháp cưỡng chế cách ly y tế;

Hướng dẫn người được cách ly cách sử dụng và tự đo nhiệt độ cơ thể ít nhất 2 lần (sáng, chiều) một ngày và ghi chép kết quả đo, tình trạng sức khỏe chung vào phiếu theo dõi sức khỏe hàng ngày;

Hướng dẫn thành viên trong gia đình người được cách ly và người quản lý nơi lưu trú cách thức khử trùng nơi ở; Theo dõi tình trạng sức khỏe và ghi nhận thông tin vào mẫu theo dõi sức khỏe của người được cách ly. Báo cáo kết quả theo dõi hàng ngày cho cơ quan y tế tuyến huyện;

Thực hiện nghiêm các qui định về phòng chống lây nhiễm cho cán bộ y tế theo quy định của Bộ Y tế khi tiếp xúc với người được cách ly;

Hướng dẫn người được cách ly thu gom riêng khẩu trang, khăn, giấy lau mũi, miệng đã qua sử dụng vào túi đựng rác thải;

Hướng dẫn và phát tờ rơi khuyến cáo phòng bệnh cho gia đình, người quản lý nơi lưu trú có người được cách ly để thực hiện các biện pháp dự phòng lây nhiễm trong hộ gia đình, nơi lưu trú;

Báo cáo ngay cho y tế tuyến trên và chính quyền địa phương, phối hợp chuyển người được cách ly đến bệnh viện nếu người được cách ly có biểu hiện mắc bệnh như sốt, ho, khó thở trong quá trình theo dõi;

Ứng xử tận tình, chia sẻ, động viên và giúp đỡ người được cách ly khi thực hiện nhiệm vụ tạo tâm lý thoải mái, tin tưởng của người được cách ly trong suốt quá trình theo dõi;

Báo cáo kết quả cuối cùng cho y tế tuyến huyện và chính quyền địa phương ngay sau khi kết thúc thời gian cách ly.

+ *Đối với người được cách ly*: Cần chấp hành việc tự cách ly tại nhà, nơi lưu trú đúng thời gian quy định, tốt nhất cách ly ở một phòng riêng. Trong trường hợp gia đình, nơi lưu trú không có phòng riêng thì giường ngủ của người được cách ly nên cách xa giường ngủ của các thành viên khác trong gia đình ít nhất 2 mét;

Phòng cách ly nên đảm bảo thông thoáng khí, thường xuyên được vệ sinh, hạn chế các đồ đạc vật dụng trong phòng, nơi cách ly;

Tự đo nhiệt độ cơ thể ít nhất 2 lần (sáng, chiều) một ngày; ghi chép kết quả đo và tình trạng sức khỏe chung vào phiếu theo dõi sức khỏe hàng ngày;

Hàng ngày 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; tự theo dõi sức khỏe; thực hiện các biện pháp vệ sinh cá nhân, đeo khẩu trang, thường xuyên rửa tay bằng xà phòng hoặc dung dịch sát khuẩn khác;

Hàng ngày thông báo cho cán bộ y tế xã, phường, thị trấn được phân công phụ trách theo dõi 2 lần sáng, chiều về kết quả đo nhiệt độ và tình hình sức khỏe của bản thân;

Thông báo ngay cho cán bộ y tế xã, phường, thị trấn được phân công phụ trách theo dõi ngay khi có một trong các triệu chứng nghi ngờ mắc bệnh: sốt, ho, khó thở;

Không được tự động rời khỏi nhà, nơi lưu trú;

Người được cách ly phải thu gom khẩu trang, khăn, giấy lau mũi, miệng đã qua sử dụng vào túi đựng rác thải riêng và để gọn vào góc phòng của người được cách ly; Không ăn chung cùng với những người khác trong gia đình, nơi lưu trú.

+ Với các thành viên trong hộ gia đình, người làm việc, quản lý nơi lưu trú của người được cách ly:

Hàng ngày hạn chế tiếp xúc với người được cách ly, đeo khẩu trang và giữ khoảng cách tối thiểu 2 mét khi cần tiếp xúc; Hàng ngày lau nền nhà, bề mặt dụng cụ, tay nắm cửa ở gia đình, nơi lưu trú bằng xà phòng hoặc các chất khử trùng hoặc chất tẩy rửa thông thường; Giúp đỡ, động viên, chia sẻ với người được cách ly trong suốt thời gian cách ly;

Thông báo ngay cho cán bộ y tế xã, phường, thị trấn được phân công phụ trách theo dõi khi người được cách ly có một trong các triệu chứng nghi ngờ mắc bệnh: sốt, ho, khó thở;

Hỗ trợ phương tiện vệ sinh, xà phòng, dung dịch sát khuẩn, khẩu trang cho người được cách ly, nếu có yêu cầu; Không tổ chức hoạt động đông người tại gia đình, nơi lưu trú;

+ Về phía Ủy ban nhân dân xã, phường, thị trấn và cộng đồng nơi có người được cách ly: Tạo điều kiện, động viên, chia sẻ, giúp đỡ gia đình, nơi lưu trú và người được cách ly để người được cách ly yên tâm thực hiện việc cách ly trong suốt thời gian theo dõi; Chỉ đạo, giám sát chặt chẽ việc thực hiện cách ly và tiến hành cưỡng chế cách ly y tế nếu người được cách ly không tuân thủ yêu cầu cách ly y tế.

**Lưu ý:** Khi có các trường hợp nghi ngờ mắc bệnh, cần thực hiện cách ly ngay, đồng thời thông báo cho cơ quan y tế địa phương hoặc qua đường dây nóng: Bộ Y tế: 19003228 - 19009095 ; Sở Y tế tỉnh Bắc Kạn: 0945 475 668; 0915 202 341; 0912 533 175.