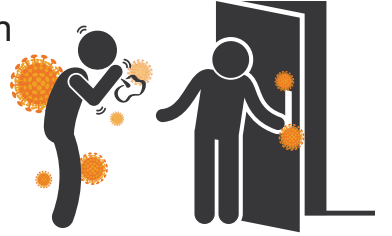


# BỆNH ĐƯỜNG HÔ HẤP CẤP DO CORONA VI-RÚT 2019 (COVID-19) NHỮNG ĐIỀU CẦN BIẾT

Nó gây ra bởi vi rút; tình huống được rút ra

## SỰ LÂY TRUYỀN

- Lây lan giữa những người tiếp xúc gần.
- Người nhiễm vi-rút **tống xuất giọt bắn** khi họ nói chuyện, ho, hát, hắt hơi hay thở mạnh. Những giọt bắn này có thể rơi vào mắt/mũi/miệng của bạn.
- Chạm tay vào những vật dụng bị nhiễm những giọt bắn sau đó chạm vào mũi, mắt, miệng.
- Người ta có thể **hít** những giọt bắn đã bị nhiễm.
- Người nhiễm bệnh có ít hay không có triệu chứng vẫn có thể lây truyền COVID-19.



## TRIỆU CHỨNG Một số người có thể không có bất kỳ triệu chứng nào vẫn có thể lan truyền bệnh

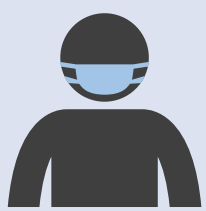


Hầu hết các trường hợp bệnh là **NHẸ**, nhưng có trường hợp **NẶNG** và có thể tử vong.

Nếu bạn bị phơi nhiễm và xuất hiện triệu chứng, **hãy theo hướng dẫn của địa phương** về việc cách ly, tự cách ly, và tìm kiếm sự chăm sóc y khoa



## PHÒNG BỆNH



**Mang khẩu trang** (hay tấm vải che kín mũi và miệng) đặc biệt khi:

- Tiếp xúc mặt đối mặt với người khác
- Khi không thực hiện được giãn cách xã hội.
- Nếu bạn ở trong nhóm nguy cơ cao
- Khi ở trong nhà, ngay khi thực hiện được giãn cách xã hội

**Mang khẩu trang** (hay tấm vải che kín mũi và miệng) đặc biệt khi:

- Khi bạn bị bệnh, ngay cả khi triệu chứng nhẹ.
- Nếu bạn có xét nghiệm COVID-19 dương tính hay đang đợi kết quả xét nghiệm
- Khi chăm sóc người bệnh.
- Nếu bạn có nguy cơ cao diễn tiến nặng khi mắc COVID-19

**Tiêm phòng vắc-xin cúm** – giảm nguy cơ mắc cúm mùa và không gây nhầm lẫn với triệu chứng của COVID-19.



### Làm giảm sự lây truyền bệnh

- Nếu bạn có bất kỳ triệu chứng nào, cho dù nhẹ, hãy ở nhà. Tìm lời khuyên y khoa. Tuân theo hướng dẫn của địa phương
- Rửa tay thường xuyên. Dùng nước rửa tay khô khi không có sẵn xà phòng và nước
- Hãy ho và hắt hơi vào tay áo của bạn, không phải vào bàn tay
- Tránh chạm tay vào mặt (mắt, mũi và miệng) – đặc biệt là sau khi bạn đã chạm tay vào vật dùng chung (như tay nắm cầu thang, tay nắm cửa)
- Không dùng chung thức ăn, đồ uống và các vật dụng cá nhân bao gồm cả điện thoại di động.
- Lau chùi và tẩy trùng bề mặt định kỳ
- Tránh đi lại nếu không cần thiết

### Tránh những tiếp xúc có nguy cơ

- Hãy ở nhà càng nhiều nếu có thể
- Ở nơi công cộng, cố giữ khoảng cách 1-2 mét (3-6 feet) với người khác. Tránh đám đông
- Đừng ôm, hôn hay bắt tay khi chào mọi người
- Tránh thời gian mặt đối mặt lâu
- Hạn chế việc tụ tập bạn bè và gia đình
- Duy trì khoảng cách với người bệnh. Đừng để họ ho hay hắt hơi vào bạn
- Tránh đến cơ sở y tế nếu không cần thiết
- Nếu có thể, hãy dùng phương tiện di chuyển cá nhân

**ĐIỀU TRỊ:** Chưa có điều trị đặc trị  
Điều trị hỗ trợ giúp giảm triệu chứng.

**Một vài quốc gia đã bắt đầu tiêm vắc-xin cho các nhóm ưu tiên.**



**Cập nhật thông tin từ trang web của International SOS:**  
<https://pandemic.internationalsos.com/2019-ncov>

MIỄN TRỪ TRÁCH NHIỆM: lược đồ này được phát triển cho mục đích giáo dục. Không dùng để thay thế cho tư vấn y khoa. Nếu bạn có câu hỏi liên quan đến vấn đề này, vui lòng tìm kiếm tư vấn tại bác sĩ.

© 2021 AEA International Holdings Pte. Ltd. All rights reserved.  
21/12/20 – version 9.0

