

TRUYỀN THÔNG
Về phòng, chống dịch COVID-19

1. NGUYÊN NHÂN:

Lây nhiễm vi rút Corona từ người sang người; bùng phát từ Vũ Hán (Trung Quốc) và hiện nay đã lây nhiễm sang các nước khác.

2. DẤU HIỆU MẮC BỆNH:

- Sốt cao (trên 38°C)
- Ho hoặc đau họng
- Chảy nước mũi, khó thở
- Đau mỏi cơ
- Đau nhức đầu, khó chịu
- Viêm phổi
- Nhiễm trùng máu hoặc thậm chí tử vong

3. HẬU QUẢ:

Gây bệnh ở khu vực đường hô hấp từ nhẹ, trung bình đến nặng, có thể tử vong.

4. CÁCH PHÒNG, CHỐNG:

- Những người trở về từ vùng có dịch tại Trung Quốc hoặc có tiếp xúc gần với người mắc bệnh viêm đường hô hấp cấp do vi rút Corona cần tự cách ly tại nhà trong vòng 14 ngày. Nếu có dấu hiệu sốt, ho, khó thở cần đến ngay cơ sở y tế gần nhất để được tư vấn, khám, điều trị kịp thời.

- Tự trang bị khẩu trang khi đến trường và đeo khẩu trang đúng cách:

Chỉ sử dụng 1 lần rồi vứt vào thùng rác an toàn, có nắp đậy.

Khi đeo khẩu trang phải để mặt xanh ra ngoài do mặt xanh có tính chống nước.

Mặt màu trắng có tính hút ẩm, nên quay vào trong, để hơi thở thoát ra thẩm vào khẩu trang.

Khẩu trang phải che kín cả mũi lẫn miệng.

Khi mang khẩu trang tuyệt đối không sờ tay vào, vì động tác sờ tay sẽ vô tình làm cho bàn tay lây nhiễm vi rút và các tác nhân gây bệnh khác, sau đó truyền bệnh lại cho mình và những người xung quanh.

Tuyệt đối không dùng tay cầm vào khẩu trang để tháo ra, thói quen lấy tay vo khẩu trang lại sẽ gây lây nhiễm vi rút và các tác nhân gây bệnh khác cho bàn tay.

Khi tháo khẩu trang chỉ được cầm vào dây đeo qua tai, tháo ra cho vào thùng rác an toàn.

Rửa tay ngay sau khi tháo bỏ khẩu trang.

- Có thể xin phép không đến trường nếu đang có sốt, ho hoặc khó thở và đến ngay cơ sở y tế khi có triệu chứng nghi ngờ.

- 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.

- Chỉ sử dụng các loại thực phẩm chín.

- Không khạc nhổ bừa bãi nơi công cộng. Tránh tiếp xúc gần với các loại động vật nuôi hoặc hoang dã.

- Tự trang bị khăn giấy, dung dịch rửa tay khô, bình uống nước cá nhân khi đến trường.

- Tăng cường bổ sung vitamin C (uống nhiều nước cam, chanh) để tăng sức đề kháng cho cơ thể.

Rửa tay đúng cách:

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

Rửa tay sau khi ho hay hắt hơi; khi chăm sóc người bị bệnh; trước, trong và sau khi chế biến thực phẩm; trước khi ăn; sau khi đi vệ sinh; bất cứ khi nào tay có dấu hiệu bẩn; sau khi tiếp xúc với động vật hay chất thải của động vật.

- Giữ nhiệt độ phòng trên 25°C.

- Giữ lớp học, phòng làm việc, nhà ở sạch sẽ, thông thoáng.

- Giữ ấm cơ thể, đặc biệt vùng cổ.

- Thường xuyên súc miệng bằng nước sát khuẩn hoặc nước muối.

- Bình tĩnh và theo dõi thông tin dịch bệnh trên các trang web, trang cộng đồng chính thức.

5. Một số lưu ý:

- Trang bị và mang khẩu trang y tế đúng cách **khi đến trường, khi di chuyển trên xe đưa rước** và những nơi đông người. Nếu quên không có khẩu trang y tế thì liên hệ phòng y tế trường để được hỗ trợ.

- Khi đến trường: Thực hiện kiểm tra thân nhiệt (địa điểm: tại cửa cầu thang tầng trệt các khu), xếp hàng trật tự và không đùa giỡn khi kiểm tra thân nhiệt. Khi có biểu hiện Sốt cao (trên 38°C), Ho hoặc đau họng, Chảy nước mũi, khó thở,...sẽ

được di chuyển đến phòng chờ, nhà trường liên hệ CMHS đến đón về để thuận tiện việc chăm sóc và theo dõi.

- ĐỐI VỚI HỌC SINH BÁN TRÚ:

- + Rửa tay trước khi ăn.
- + Tháo khẩu trang cho vào túi trước khi ăn.
- + Không dùng chung thức ăn và nước uống với bạn.
- + Không nói chuyện và đùa giỡn trong khi ăn.
- + Sử dụng bình uống nước cá nhân tự mang theo.
- + Ăn xong nhớ rửa tay và mang khẩu trang.
- + Vào phòng ngủ nhớ mang khẩu trang.
- + Không nắm tay, đùa giỡn khi vào phòng ngủ.
- + Không nói chuyện với bạn bên cạnh khi ngủ bán trú.
- + Ngủ dậy nhớ rửa tay trước khi vào lớp học.

- Khi ở nhà có biểu hiện: Sốt cao (trên 38°C), Ho, đau họng, chảy nước mũi, khó thở,... đề nghị CMHS **cho nghỉ học** và khám bệnh tại cơ sở y tế đồng thời thông báo với GVCN.

- Khi có dấu hiệu của bệnh thì học sinh bình tĩnh, đề nghị CMHS khám bệnh tại cơ sở y tế.

- Danh sách cơ sở y tế mà CMHS có thể liên hệ khi có dấu hiệu mắc bệnh:

- | | |
|----------------------------|------------|
| + Bệnh viện Chợ Rẫy | 0969871010 |
| + Bệnh viện Bệnh Nhiệt đới | 0967341010 |
| + Bệnh viện Nhi đồng 1 | 0913117965 |
| + Bệnh viện Nhi đồng 2 | 0798429841 |
| + Bộ y tế | 19003228 |

Nơi nhận:

- BGH;
- Thành viên Ban chỉ đạo;
- TTCĐ (chuyển đến GV, NV);
- Khối Chủ nhiệm (sinh hoạt với HS);
- Niêm yết Website, PGV.
- Lưu: VP.



Phạm Thị Bé Hiền