



Những câu hỏi thường gặp: COVID-19

Bệnh COVID-19, trước đây gọi là bệnh nhiễm virus corona mới 2019, là bệnh gì?

Bệnh COVID-19 là một chứng bệnh mới về hô hấp gây ra bởi virus SARS CoV-2, trước đây gọi là 2019-nCoV, đầu tiên được khám phá và xác định tại thành phố Vũ Hán, Trung Quốc, vào tháng 12 năm 2019.

Chủng virus corona là gì?

Virus corona (CoV) là một họ virus lớn gây ra nhiều bệnh, từ cảm cúm thông thường đến những bệnh nặng hơn. Hội chứng hô hấp Trung Đông (MERS) và Hội chứng hô hấp cấp tính nặng (SARS) là thí dụ của những bệnh do virus corona gây ra. Hiện có nhiều nghiên cứu và điều tra để tìm hiểu thêm.

Bệnh COVID-19 có giống với MERS hoặc SARS không?

Không. Bệnh COVID-19 là một chứng bệnh mới do một loại virus corona gây ra nhưng khác với virus gây ra Hội chứng hô hấp Trung Đông (MERS) hoặc Hội chứng hô hấp cấp tính nặng (SARS). Tuy nhiên, kết quả phân tích di truyền cho thấy rằng virus này phát xuất từ một loại virus liên quan đến SARS. Đây là một tình trạng phát triển nhanh chóng và thông tin sẽ được cập nhật liên tục.

Bệnh COVID-19 lây lan như thế nào?

Bệnh COVID-19 là bệnh do virus đường hô hấp gây ra. Bệnh này có thể lây từ người đã bị nhiễm bệnh sang người khác qua những giọt dịch hô hấp khi người nhiễm bệnh ho hoặc hắt hơi vào người xung quanh trong vòng 6 feet của người nhiễm bệnh. Bệnh này lây giống như cách lây của bệnh cúm hoặc của những vi trùng đường hô hấp khác. Một người có thể bị nhiễm bệnh COVID-19 khi sờ vào những vật hay bề mặt có nhiễm virus này rồi chạm tay lên mắt, mũi, miệng của mình. Bằng chứng hiện tại cho thấy COVID-19 có thể tồn tại hàng giờ đến hàng ngày trên các bề mặt được làm từ nhiều loại vật liệu nhưng virus ít có khả năng lây nhiễm khi đã khô trên bề mặt. Việc thường xuyên lau chùi và sát trùng giúp loại bỏ những nguy hiểm của việc lây nhiễm từ bề mặt khô hoặc ẩm.

Những triệu chứng của chứng bệnh và biến chứng có thể xảy ra là gì?

Những người bị bệnh COVID-19 đã báo cáo là họ có bệnh về hô hấp từ nhẹ đến nặng, với các triệu chứng sốt, ho và khó thở. Trong những trường hợp nặng, bệnh có thể gây viêm phổi.

Ai có nguy cơ bị các biến chứng nghiêm trọng từ COVID-19?

Một số người có nhiều nguy cơ mắc bệnh nặng hơn từ căn bệnh này. Những người này bao gồm:

- Người cao tuổi
- Những người mắc các bệnh mang tính tiềm ẩn bao gồm nhưng không giới hạn như bệnh tim, tiểu đường, bệnh phổi, chứng béo phì.

Nếu bạn có nguy cơ cao bị bệnh nặng do COVID-19, bạn nên:

- Dự trữ các đồ tiếp liệu, bao gồm cả thuốc men.
- Thực hiện các biện pháp phòng ngừa hàng ngày qua việc giữ khoảng cách giữa bạn và những người khác.
- Khi bạn đi ra ngoài nơi công cộng, hãy giữ khoảng cách với những người bị bệnh, hạn

chế tiếp xúc gần gũi (trong vòng 6 feet) và rửa tay thường xuyên.

- Tránh đám đông càng nhiều càng tốt.
- Tránh du lịch bằng tàu biển và du lịch bằng đường hàng không mà không cần thiết.
- Trong đợt dịch COVID-19 ở cộng đồng của bạn, hãy ở nhà càng nhiều càng tốt để giảm thêm nguy cơ bị phơi nhiễm.

Phụ nữ có bầu có nguy cơ cao bị các biến chứng do COVID-19?

Phụ nữ mang thai có nhiều nguy cơ nhiễm những bệnh nặng hơn từ việc nhiễm virus COVID-19. Cho tới khi có thêm thông tin, việc quan trọng là bảo vệ phụ nữ mang thai khỏi lây nhiễm.

Khi nào triệu chứng sẽ xuất hiện?

Triệu chứng có thể xuất hiện từ 2 đến 14 ngày sau khi tiếp xúc với vi trùng bệnh đầu tiên. Phần lớn mọi người bắt đầu gây truyền nhiễm khi họ có triệu chứng (những triệu chứng giống như bị cúm), ho, hắt hơi và tạo ra những giọt dịch lây nhiễm.

Bệnh COVID-19 được điều trị như thế nào?

Phương pháp điều trị bệnh là chăm sóc hỗ trợ và giúp thuyên giảm các triệu chứng. Hiện tại không có thuốc chủng ngừa để bảo vệ cho con người khỏi nhiễm loại virus corona mới này. Cũng không có phương pháp điều trị chống virus cụ thể nào.

Tôi có thể bảo vệ cho mình như thế nào?

Cách tốt nhất để ngăn ngừa nhiễm bệnh là tránh bị phơi nhiễm với virus này. BPHC khuyến khích mọi người áp dụng các biện pháp phòng ngừa tương tự các biện pháp ngăn ngừa sự lây lan của các loại virus đường hô hấp khác, như các loại gây ra bệnh cúm hoặc cảm lạnh:

- ☑ Rửa tay thường xuyên bằng nước và xà phòng trong ít nhất 20 giây, nhất là sau khi đi vệ sinh, trước khi ăn, và sau khi hỉ mũi, ho hoặc hắt hơi.
- ☑ Dùng chất khử trùng tay chứa cồn có ít nhất là 60% cồn nếu không có nước và xà phòng.
- ☑ Tránh chạm tay chưa rửa sạch vào mắt, mũi, miệng.
- ☑ Tránh tiếp xúc gần với những người bị bệnh.
- ☑ Không dùng chung đồ uống, thức ăn, hoặc dụng cụ ăn uống.
- ☑ Ở nhà khi bị bệnh.
- ☑ Khi ho hoặc hắt hơi nhớ che miệng bằng tay áo (không dùng bàn tay), hoặc bằng khăn giấy, xong vứt khăn giấy vào sọt rác.
- ☑ Lau sạch và khử trùng các vật và bề mặt thường xuyên chạm tay vào bằng khăn lau hoặc chất xịt thường dùng cho việc vệ sinh nhà cửa.
- ☑ Tránh khạc nhổ nơi công cộng.
- ☑ Chích ngừa cúm.

Mang khẩu trang có ngăn ngừa sự lây lan của bệnh COVID-19 không?

Không có bằng chứng nào cho thấy rằng mang khẩu trang giúp ích cho người không bị bệnh hơn việc cách ly xã hội (luôn cách xa 6 feet với mọi người). Những người có bị nghi ngờ hoặc đã được xác nhận có triệu chứng bệnh COVID-19 hoặc nhiễm các loại virus đường hô hấp khác đều phải mang khẩu trang vì việc này sẽ giúp người khác tránh nhiễm bệnh. Các nhân viên chăm sóc sức khỏe và những người đang chăm sóc cho người bị nghi ngờ hoặc đã được xác nhận có bệnh COVID-19 cũng phải mang khẩu trang. Sử dụng khẩu trang vải và việc che chắn có thể áp dụng khi cách ly xã hội không thể thực hiện thường xuyên.

Làm thế nào để tôi biết là tôi đã bị phơi nhiễm?

Bạn thường cần phải tiếp xúc gần gũi với người bệnh để bị nhiễm bệnh. Liên hệ gần gũi bao gồm:

- Sống trong cùng nhà với một người nhiễm bệnh COVID-19,
- Chăm sóc cho người nhiễm bệnh COVID-19
- Ở trong phạm vi 6 feet so với một người bệnh bị COVID-19 trong khoảng 10 phút, HOẶC
- Tiếp xúc trực tiếp với dịch tiết ra từ người bệnh bị COVID-19 (ví dụ: bị ho văng trúng vào, hôn hít, dùng chung dụng cụ ăn uống, v.v.).

Nếu bạn chưa tiếp xúc gần gũi với người bệnh bị COVID-19, bạn được coi là có nguy cơ lây nhiễm thấp. Nếu bạn có tiếp xúc gần với người bệnh, hãy tách mình khỏi người khác trong vòng 14 ngày và theo dõi dấu hiệu bệnh. Đôi khi, một cá nhân không có triệu chứng hoặc chưa có biểu hiện phát bệnh vẫn có thể có khả năng truyền nhiễm, nhưng nguy cơ lây nhiễm thấp hơn so với những người có triệu chứng và tiết nhiều dịch tiết lây nhiễm. Trong bất cứ trường hợp nào, mọi người đều nên theo dõi sức khỏe bản thân và cách xa mọi người nếu bạn bị lây nhiễm.

Tôi nên làm gì nếu tôi có tiếp xúc gần gũi với người có bệnh COVID-19?

Theo dõi tình trạng sức khỏe của mình từ lúc quý vị bắt đầu tiếp xúc với người đó và nếu quý vị bị sốt hoặc có bất cứ triệu chứng nào khác, hãy gọi cho nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe của quý vị. Bạn nên tránh xa mọi người và những nơi công cộng trong 14 ngày.

Tôi nên làm gì nếu tôi đi cùng máy bay với người tôi nghĩ là có bệnh COVID-19?

Nếu quý vị sống trong thành phố Boston, BPHC sẽ liên lạc với quý vị nếu quý vị được xác định là người đã tiếp xúc gần gũi với người được chẩn đoán bị bệnh COVID-19. Nếu quý vị sống ngoài khu vực thành phố Boston, Sở Y tế Công Cộng Massachusetts (Department of Public Health, MDPH) và/hoặc sở y tế địa phương sẽ liên lạc với quý vị.

Tôi có cần làm xét nghiệm tìm bệnh COVID-19 hay không?

Nếu quý vị nằm trong nhóm có nguy cơ cao nhiễm bệnh từ COVID-19 and có những triệu chứng của virus này, bạn nên liên hệ nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe. Nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe của bạn sẽ đánh giá những triệu chứng của bạn và những khả năng phơi nhiễm và sẽ quyết định nếu bạn nên làm xét nghiệm. Những cá nhân có nguy cơ cao bao gồm:

- Người cao tuổi, 60 tuổi trở lên
- Những người mắc các bệnh mang tính tiềm ẩn
- Những người với hệ miễn dịch yếu

Nếu bạn là nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe tiếp xúc với bệnh nhân và những nhà cung cấp dịch vụ sức khỏe khác, hoặc là người bộ đáp ứng đầu tiên (ví dụ cấp cứu, cứu hỏa, cảnh sát), bạn cần phải làm xét nghiệm không kể đến nguy cơ lây nhiễm cao nếu bạn có dấu hiệu bệnh. Nếu bạn không có nguy cơ cao nhiễm bệnh, không phải nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe, hay trong bộ đáp ứng đầu tiên, hay có dấu hiệu bệnh nhẹ, bạn chưa cần phải được đánh giá sức khỏe trực tiếp hay làm xét nghiệm tìm bệnh COVID-19. Bạn có thể tự cách ly bản thân (xem bên dưới). Hiện tại chưa có thuốc để điều trị bệnh COVID-19.

Xét nghiệm bệnh COVID-19 được thực hiện như thế nào?

Nếu quý vị có những triệu chứng giống như triệu chứng bệnh cúm và nằm trong nhóm có nguy cơ gặp biến chứng cao, quý vị hãy liên lạc với nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe chính của quý vị QUA ĐIỆN THOẠI. Nếu quý vị không có nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe chính, quý vị hãy đến văn phòng y tế, trung tâm chăm sóc khẩn cấp, hoặc phòng cấp cứu gần nhất, tùy theo tình

trạng bệnh của quý vị nặng nhẹ như thế nào. Hãy liên lạc với văn phòng y tế, trung tâm chăm sóc khẩn cấp, hoặc phòng cấp cứu **BẰNG ĐIỆN THOẠI** trước khi đến. Chuyên viên y tế sẽ cung cấp cho quý vị những giải pháp về việc làm cách nào và tới đâu để làm xét nghiệm.

Tôi nên làm gì nếu tôi tiếp xúc gần gũi với người bị COVID-19 và bị bệnh?

Nếu bạn bị sốt, ho hoặc khó thở (ngay cả khi các triệu chứng của bạn rất nhẹ), bạn nên ở nhà và tránh xa những người khác. Gọi cho nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe của bạn và nói với họ rằng bạn đã tiếp xúc với người bị COVID-19. Hiện tại không có thuốc để điều trị COVID-19. Nếu bạn có một trường hợp khẩn cấp về y tế và cần gọi 911, hãy thông báo cho nhân viên sai phái biết rằng bạn có thể đã tiếp xúc với COVID-19. Nếu có thể, hãy đeo khẩu trang trước khi dịch vụ y tế khẩn cấp đến hoặc ngay sau khi họ đến.

Nếu gần đây tôi có đi du lịch đến một khu vực bệnh dịch đang lây nhiễm diện rộng và bị bệnh thì tôi phải làm gì?

Nếu trong 14 ngày qua quý vị có đi đến một khu vực địa lý mà bệnh COVID-19 đang lan rộng, bạn nên tự cách ly bản thân trong vòng 14 ngày ngay khi bạn trở lại. Nếu bạn cảm thấy bị bệnh với những triệu chứng sốt (38°C/100.4 °F), ho hoặc khó thở, quý vị phải:

- Được chăm sóc y tế ngay lập tức. Trước khi đến văn phòng nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe hoặc phòng cấp cứu, quý vị hãy gọi điện thoại báo trước với họ về chuyến đi gần đây của quý vị và những triệu chứng quý vị đang có.
- Tránh tiếp xúc với người khác.
- Không đi du lịch trong khi bị bệnh.
- Che mũi, miệng bằng khăn giấy hoặc tay áo (không dùng bàn tay) khi ho hoặc hắt hơi.
- Mang khẩu trang loại dùng trong giải phẫu nếu quý vị có loại khẩu trang này, hoặc ngay khi quý vị đến cơ sở chăm sóc sức khỏe nơi sẽ cung cấp khẩu trang cho quý vị.
- Rửa tay thường xuyên bằng nước và xà phòng trong ít nhất 20 giây. Dùng chất khử trùng tay chứa cồn nếu không có nước và xà phòng.
- Trong trường hợp khẩn cấp về y tế (như khó thở, đau ngực): hãy gọi 911 hãy thông báo với nhân viên sai phái là bạn có thể có nguy cơ mắc bệnh COVID-19.

Tôi có nguy cơ mắc bệnh COVID-19 ở Boston không?

Nguy cơ mắc bệnh COVID-19 đang diễn ra trên toàn Hoa Kỳ. Mức độ nguy hiểm là tình trạng phát triển nhanh chóng và việc đánh giá rủi ro về chứng bệnh có thể thay đổi từng ngày. Thông tin cập nhật mới nhất được trình bày trên trang mạng của CDC (<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/cases-in-us.html>).

Nếu quý vị đã được chẩn đoán có bệnh COVID-19, quý vị sẽ phải tự cách ly trong bao lâu?

Bệnh nhân khi đã được xác nhận là đã nhiễm bệnh COVID-19 nên cách ly tại nhà cho đến khi nào nguy cơ truyền bệnh sang người khác được cho là thấp. Những bệnh nhân có nhiều chứng bệnh nghiêm trọng mà phải nhập viện sẽ không được xuất viện cho đến khi họ đã ổn định về mặt y tế. Quyết định chấm dứt biện pháp phòng ngừa bằng cách cách ly tại nhà sẽ được đưa ra theo từng trường hợp, theo ý kiến cố vấn chuyên môn của các nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe và sở y tế tiểu bang và địa phương. Thông tin về COVID-19 hiện nay còn hạn chế; vì thế, các biện pháp phòng ngừa tại nhà là những biện pháp thận trọng và căn cứ theo những đề nghị chung cho các loại virus corona khác đã gây

những bệnh nghiêm trọng như Hội chứng hô hấp Trung Đông (MERS).

Tôi nên làm gì để ngăn lây nhiễm cho gia đình và những người khác trong cộng đồng?

Ở trong nhà ngoại trừ đi ra ngoài để được chăm sóc y tế

Bạn nên hạn chế các hoạt động bên ngoài nhà của bạn, ngoại trừ việc chăm sóc y tế. Không đi làm, đi học, hoặc đến các khu vực công cộng. Tránh sử dụng phương tiện giao thông công cộng, đi chung xe, hoặc đi taxi.

Tách mình khỏi những người khác và các động vật trong nhà của bạn.

Người: Càng nhiều càng tốt, bạn nên ở trong một căn phòng nhất định và tránh xa những người khác trong nhà của bạn. Ngoài ra, bạn nên sử dụng một phòng tắm riêng, nếu có sẵn. Không chia sẻ thức ăn, đồ uống, và đồ dùng ăn uống.

Động vật: Xem [COVID-19 và Động vật](#) để biết thêm thông tin.

Gọi trước khi đến bác sĩ của bạn

Nếu bạn có một cuộc hẹn y tế, hãy gọi cho nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe và nói với họ rằng bạn có các triệu chứng trùng với COVID-19. Điều này sẽ giúp nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe của văn phòng đảm nhận các bước để giữ cho người khác khỏi bị lây nhiễm hoặc tiếp xúc.

Đeo khẩu trang

Bạn nên đeo khẩu trang khi ở xung quanh người khác (ví dụ: dùng chung phòng hoặc xe) hoặc vật nuôi và trước khi bạn vào văn phòng của nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe. Nếu bạn không thể đeo khẩu trang (ví dụ, vì nó gây khó thở), thì những người sống cùng bạn không nên ở cùng phòng với bạn, hoặc họ nên đeo khẩu trang nếu họ vào phòng của bạn.

Che miệng khi ho và hắt hơi

Che miệng và mũi bằng khăn giấy khi bạn ho hoặc hắt hơi. Vứt khăn giấy đã sử dụng vào thùng rác lót; rửa tay ngay bằng xà phòng và nước trong ít nhất 20 giây hoặc làm sạch tay bằng dung dịch rửa tay chứa cồn có ít nhất 60% cồn, thoa đều lên tất cả các bề mặt của bàn tay và chà xát cho đến khi tay cảm thấy khô. Xà phòng và nước nên được sử dụng nếu nhìn thấy tay bẩn rõ ràng.

Tránh dùng chung đồ dùng cá nhân

Bạn không nên chia sẻ bát đĩa, ly uống nước, cốc, dụng cụ ăn uống, khăn, hoặc giường với người khác hoặc vật nuôi trong nhà. Sau khi sử dụng những vật dụng này, chúng nên được rửa kỹ bằng xà phòng và nước.

Rửa tay thường xuyên

Rửa tay thường xuyên bằng nước và xà phòng trong ít nhất 20 giây. Nếu không có xà phòng và nước, hãy rửa tay bằng dung dịch rửa tay chứa cồn có ít nhất 60% cồn, thoa đều lên tất cả các bề mặt của bàn tay và chà xát chúng vào nhau cho đến khi chúng cảm thấy khô. Xà phòng và nước nên được sử dụng nếu nhìn thấy tay bẩn rõ ràng. Tránh chạm tay chưa rửa sạch vào mắt, mũi, miệng.

Làm sạch tất cả các bề mặt "chạm vào nhiều" mỗi ngày

Các bề mặt chạm vào nhiều bao gồm quầy, mặt bàn, tay nắm cửa, đồ đạc trong phòng tắm, nhà vệ sinh, điện thoại, bàn phím, máy tính bảng, và bàn cạnh giường ngủ. Ngoài ra, làm sạch bất kỳ bề mặt nào có thể có máu, phân, hoặc chất dịch cơ thể trên đó. Sử dụng bình xịt làm sạch gia dụng hoặc giấy chùi, theo hướng dẫn trên nhãn. Nhãn có hướng dẫn sử dụng an toàn và hiệu quả sản phẩm làm sạch bao gồm các biện pháp phòng ngừa mà bạn nên thực hiện khi sử dụng sản phẩm, chẳng hạn như đeo

găng tay và đảm bảo bạn có thông gió tốt trong khi sử dụng sản phẩm.

Theo dõi các triệu chứng của bạn

Tìm kiếm sự chăm sóc y tế nhanh chóng nếu bệnh của bạn đang bị xấu đi (ví dụ, khó thở). Trước khi tìm kiếm sự chăm sóc, hãy gọi cho nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe của bạn và nói với họ rằng các triệu chứng của bạn phù hợp với COVID-19. Đeo khẩu trang trước khi bạn vào cơ sở. Những bước này sẽ giúp nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe văn phòng của bạn giữ cho những người khác trong văn phòng hoặc phòng chờ không bị nhiễm trùng.

Nếu bạn có một trường hợp khẩn cấp về y tế và cần gọi 911, hãy thông báo cho nhân viên biết rằng bạn có các triệu chứng phù hợp với COVID-19. Nếu có thể, hãy đeo khẩu trang trước khi dịch vụ y tế khẩn cấp đến nơi.

Ngưng cách ly trong nhà

Tiêu chí cho việc ngưng cách ly tại nhà với người bị nhiễm bệnh COVID-19 được dựa trên hướng dẫn từ Trung tâm CDC. Sở y tế của địa phương hoặc bang sẽ hướng dẫn quý vị về thời điểm an toàn để ngưng việc cách ly.

Sau khi nhân viên từ khu vực địa lý mà bệnh dịch COVID-19 đang lan rộng trở về, khi nào họ mới được trở lại làm việc?

Bất cứ những ai vào bang Massachusetts sau khi từ khu vực địa lý mà bệnh dịch COVID-19 đang lan rộng trong 14 ngày qua sẽ bị hạn chế phần nào trong việc di chuyển. Tránh tụ tập xã hội đồng nghĩa với việc tránh các khu vực công cộng nơi tiếp xúc gần với người khác có thể xảy ra (ví dụ như, trung tâm thương mại, rạp chiếu phim, sân vận động), chỗ làm (trừ khi cá nhân làm việc trong môi trường cho phép việc giữ khoảng cách với người khác), trường học và những môi trường phòng lớp khác, và những phương tiện di chuyển công cộng địa phương (như xe buýt, tàu điện ngầm, taxi, đi xe chung) trong suốt thời gian 14 ngày trong lúc triệu chứng có thể phát ra nếu người này đã bị nhiễm trùng, trừ khi sự có mặt này tại những nơi đó đã được sở y tế tiểu bang hoặc địa phương chấp thuận và cho phép. Những hạn chế này sẽ có hiệu lực cho 14 ngày kể từ khi người đó có thể đã bị tiếp xúc với bệnh. Liên lạc với sở y tế địa phương hoặc sở y tế tiểu bang nếu quý vị còn điều gì thắc mắc.

Còn đi du lịch thì sao?

Dịch bệnh COVID-19 đang bùng phát trên toàn thế giới, bao gồm tất cả các bang tại Hoa Kỳ. Khuyến cáo hạn chế du lịch đã có hiệu ở nhiều nơi trên thế giới. Hãy tránh du lịch. Tạm hoãn những chuyến du lịch đã lên kế hoạch trước.

Tôi có thể đi du lịch đến những nơi khác không? Những quốc gia khác?

Hiện tại, CDC đề nghị mọi người chỉ tránh tất cả những chuyến du lịch không cần thiết đến những khu vực mà bệnh COVID-19 đang lan rộng. Để biết thông tin mới nhất về các khu vực địa lý mà tình trạng nhiễm COVID-19 đang lan rộng hoặc kéo dài trong cộng đồng, vui lòng xem trang <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/travelers/index.html>.

Boston giám sát những người đến từ các quốc gia mà bệnh COVID-19 đang lan rộng như thế nào?

Những người đến từ các quốc gia mà bệnh COVID-19 đang lan rộng trong 14 ngày qua được yêu cầu phải theo dõi xem họ có các triệu chứng sốt, khó thở và ho hay không. Nếu quý vị đã đi đến một trong những khu vực bị ảnh hưởng bởi bệnh này và có triệu chứng bệnh, hãy gọi cho nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe của quý vị.

Tôi có nguy cơ bị nhiễm bệnh COVID-19 từ những gói đồ hoặc gói sản phẩm gửi từ Trung Quốc không?
Hiện tại không có bằng chứng nào cho thấy rằng bệnh COVID-19 hoặc bất cứ loại virus corona nào khác có thể lây lan qua hàng hóa nhập khẩu từ Trung Quốc. Chưa có trường hợp nhiễm bệnh COVID-19 nào tại Hoa Kỳ liên quan đến hàng hóa nhập khẩu.

Tôi có thể bị nhiễm bệnh COVID-19 từ vật nuôi của tôi không?

Tuy virus này dường như đã xuất hiện từ một nguồn động vật, nhưng hiện tại virus này đang lây lan từ người sang người. Tại thời điểm này, không có bằng chứng nào cho thấy vật nuôi, như chó mèo, tại Hoa Kỳ có thể bị nhiễm bệnh COVID-19 hoặc lây lan bệnh này.

Nếu quý vị đã chích ngừa bệnh cúm, quý vị không phải lo lắng gì về bệnh COVID-19 phải không?

Thuốc ngừa cúm chỉ giúp ngừa bệnh cúm chứ không phải ngừa những loại virus khác. Hiện nay không có thuốc ngừa nào ngăn ngừa bệnh COVID-19.

Tôi có thể nhiễm bệnh COVID-19 từ không khí lưu thông qua hệ thống thông gió của tòa nhà của tôi không?

Bệnh COVID-19 lây lan từ người sang người khi tiếp xúc gần gũi (khoảng 6 feet). Trường hợp bệnh lây từ người này sang người khác được suy ra là, khi người nhiễm bệnh ho hoặc hắt hơi, những giọt dịch hô hấp văng sang người khác, tương tự như cách mầm bệnh cúm và những bệnh đường hô hấp khác lây bệnh. Tại thời điểm này, không có lý do gì để nghĩ rằng bệnh COVID-19 lây qua các hệ thống thông gió.

Một số bài đăng trên phương tiện truyền thông xã hội khuyên quý vị nên tự bảo vệ tránh bị nhiễm bệnh COVID-19 bằng cách uống hoặc súc miệng bằng nước tẩy, uống acetic acid hoặc thuốc steroid, hoặc dùng tinh dầu, nước muối, cồn ethanol hoặc những chất khác. Điều này có đúng không?

Không đúng, và một số chất này có thể rất nguy hiểm. Không có bằng chứng nào cho thấy rằng những phương pháp này có thể bảo vệ quý vị khỏi nhiễm bệnh COVID-19. Những cách tốt nhất để bảo vệ quý vị tránh nhiễm bệnh COVID-19 (và những loại virus đường hô hấp khác) gồm:

- ☑ Rửa tay thường xuyên và rửa kỹ bằng nước và xà phòng.
- ☑ Khi ho hoặc hắt hơi nhớ che miệng bằng tay áo (không dùng bàn tay), hoặc bằng khăn giấy, xong vứt khăn giấy vào sọt rác.
- ☑ Tránh tiếp xúc gần với những người bị bệnh, hắt hơi hoặc ho.
- ☑ Thu thập thông tin từ nguồn đáng tin cậy như Tổ chức Y tế Quốc tế, Cơ quan CDC hoặc sở y tế địa phương hoặc tiểu bang của quý vị.

Thành phố Boston đang làm gì để chuẩn bị đối phó với sự lây lan của virus có thể xảy ra?

BPHC đang làm việc với các cơ quan địa phương, tiểu bang và quốc gia trong quá trình thiết lập phương cách hướng dẫn các doanh nghiệp và các thành phần trong xã hội để phản ứng kịp thời với tình hình liên tục thay đổi và sẽ thông báo với công chúng khi có những hướng dẫn cụ thể. Trong lúc này, chúng tôi tiếp tục khuyến khích mọi người nên thực hiện tránh tụ tập xã hội, giữ cho tay sạch và ho đúng cách, ở nhà và nếu quý vị bị bệnh hãy thực hiện theo những hướng dẫn đã đề ra để tránh lây bệnh về đường hô hấp.

Các sự kiện lớn có nên bị hủy do rủi ro vì COVID-19 không?

Tất cả các sự kiện và các cuộc tụ họp lớn nên hoãn lại hoặc hủy bỏ.

Nếu bạn không thể tránh việc đưa các nhóm người lại với nhau, hãy thực hiện các điều chỉnh sau:

- Không tụ tập quá 10 người.
- Những người bị bệnh không nên tham dự.
- Cố gắng tìm cách tạo nhiều khoảng cách vật chất hơn cho mọi người để họ không gần gũi tiếp xúc nhất có thể. (khuyến nghị cách 6 feet.)
- Không khuyến khích đụng chạm bao gồm bắt tay, ôm nựng, v.v.
- Không chia sẻ thức ăn, đồ uống, hoặc đồ dùng thức ăn trong bất kỳ cuộc tụ họp nào.
- Phát triển các chính sách bồi hoàn linh động cho những người tham gia bị bệnh

Trong một sự kiện thiết yếu (ví dụ như sự kiện hỗ trợ phản ứng cho đại dịch COVID-19):

- nhấn tin khẳng định về COVID-19
- thúc đẩy các thực thi ngăn chặn sự lây lan của vi trùng
- đảm bảo cho tiếp cận đầy đủ với các bồn rửa có xà phòng, nước rửa tay và khăn giấy
- đặt kế hoạch cho sự vắng mặt của nhân viên
- xác định một không gian có thể được sử dụng để cách ly nhân viên hoặc người tham gia bị ốm tại sự kiện

Có nên hủy các chuyến đi dã ngoại của trường học?

Tất cả các chuyến đi của nhà trường nên hoãn lại hoặc hủy bỏ để chấp hành việc đóng cửa trường học và phương thức tránh tụ tập xã hội.

Nếu có điều gì thắc mắc về COVID-19, tôi nên liên lạc với ai?

Để biết thêm thông tin về COVID-19, xin quý vị vào trang www.bphc.org/2019ncov or call 617-534-5050.



Boston Public Health Commission | Infectious Disease Bureau
1010 Massachusetts Avenue | Boston, MA 02118 | www.bphc.org