

Hướng dẫn về COVID-19

Hướng dẫn bệnh nhân không được gửi đi xét nghiệm

NÊU QUY VỊ KHÔNG ĐƯỢC GỬI ĐI XÉT NGHIỆM:

Dựa vào các triệu chứng của quý vị đang có, chúng tôi thấy không cần gửi quý vị đi làm xét nghiệm để xác định là quý vị có nhiễm siêu vi corona gây bệnh COVID-19 hay không. Quý vị vẫn có nguy cơ bị bệnh COVID-19. Xét nghiệm tìm bệnh COVID-19 không được thực hiện ở hầu hết các bệnh nhân có triệu chứng nhẹ khi được cho về sau khi đến khám ở phòng cấp cứu hay phòng khám. Dưới đây là vài lời khuyên có thể giúp bạn:

- **Xin ở nhà ngoại trừ khi cần được chăm sóc y tế.** Quý vị nên hạn chế các hoạt động bên ngoài nhà, trừ phi đi khám bệnh. Xin đừng đi làm, đến trường hay các nơi công cộng. Nên tránh sử dụng các phương tiện vận chuyển công cộng, các phương tiện vận chuyển nhóm chung xe hay xe taxi.
- **Hãy tự cách ly với người và động vật sống cùng nhà.** Xin quý vị hãy ở yên trong một phòng đặc biệt, cách biệt với những người còn lại trong nhà, càng nhiều càng tốt. Và nếu có thể, xin hãy dùng riêng nhà vệ sinh. Xin tránh mọi cuộc tiếp khách. Quý vị cũng nên hạn chế mọi cuộc tiếp xúc với thú nuôi và các động vật khác khi bản thân quý vị đang mắc bệnh COVID-19, giống hệt như cách quý vị cách ly với người xung quanh.
- **Xin gọi điện trước khi đến văn phòng bác sĩ.** Nếu quý vị có cuộc hẹn khám bệnh, xin gọi cho bác sĩ và báo với bác sĩ là quý vị có thể hay đang bị bệnh COVID-19.
- **Mang khẩu trang.** Quý vị nên mang khẩu trang khi có người xung quanh.
- **Che chắn khi ho và hắt hơi.** Dùng khăn giấy che miệng/mũi khi ho hay hắt hơi.

Resources to Reference: www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/if-you-are-sick/steps-when-sick.html

COVID-19 Instructions- Guidance for Patients NOT Referred for Testing

- **Rửa tay thường xuyên.** Rửa tay bằng xà phòng và nước tối thiểu 20 giây, hay làm sạch tay bằng nước rửa tay sát trùng chứa nồng độ cồn 60 to 95%, cho nước rửa phủ đầy các mặt của bàn tay và chà mạnh hai lòng bàn tay cho đến khi khô. Tránh chạm tay chưa rửa vào mắt, mũi, miệng. Các thành viên cùng gia đình cũng cần rửa tay thường xuyên.
- **Tránh dùng chung các vật dụng cá nhân.** Quý vị không nên dùng chung đĩa, ly, cốc, muỗng nĩa, khăn ăn, hay bao gối ra nệm với những người và vật nuôi sống cùng nhà. Sau khi sử dụng các vật dụng này, xin hãy rửa hay giặt thật sạch bằng xà phòng và nước.
- **Xin hãy làm sạch toàn bộ các bề mặt “nhiều dụng chạm” mỗi ngày.** Các bề mặt “nhiều dụng chạm” bao gồm các mặt quầy, mặt bàn, tay vịn cửa, cần gạt nước nhà tắm hay bồn cầu, điện thoại, bàn phím, máy tính bảng và bàn kê đầu giường. Quý vị hãy dùng dung dịch xịt tẩy rửa hay giấy chùi tùy hương dẫn sử dụng ghi trên nhãn hàng.
- **Theo dõi các triệu chứng.** Xin lấy hẹn khám bệnh ngay, nếu các triệu chứng trở nặng (ví dụ như: khó thở). **Trước** khi đến cuộc hẹn, xin gọi điện cho bác sĩ và báo cho bác sĩ biết bạn đang bị bệnh hay đang chờ chẩn đoán bệnh COVID-19. Mang khẩu trang trước khi đến phòng khám. Nếu bệnh nặng cần cấp cứu và buộc phải gọi 911, xin thông báo cho nhân viên nhận tin là quý vị đang bị hay đang chờ chẩn đoán bệnh COVID-19. Nếu có thể, mang khẩu trang trước khi xe cứu thương đến.
- **Dành cho những người khác sống cùng nhà.** Những người này phải mang khẩu trang dùng một lần và găng tay khi sờ chạm hay tiếp xúc với máu, phân, hay dịch cơ thể như: nước bọt, đờm, chất nhầy mũi, chất nôn hay nước tiểu. Sau khi dùng xong, quý vị nên bỏ rác các khẩu trang any cũng như găng tay. Không được tái sử dụng. Khi khẩu trang bị bảo hộ cá nhân, xin tháo bỏ găng tay đầu tiên. Rồi, rửa sạch tay ngay bằng xà phòng và nước, hay làm sạch tay bằng nước rửa tay sát trùng. Rồi tháo bỏ khẩu trang, và rửa ngay tay thật sạch bằng xà phòng và nước hay nước rửa tay chứa cồn sát trùng.

Resources to Reference: www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/if-you-are-sick/steps-when-sick.html