

BỘ Y TẾ

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

Số: /QĐ-BYT

Hà Nội, ngày tháng năm 2021

QUYẾT ĐỊNH

Về việc ban hành “Hướng dẫn tạm thời về quản lý người nhiễm COVID-19 tại nhà”

BỘ TRƯỞNG BỘ Y TẾ

Căn cứ Luật Phòng chống bệnh truyền nhiễm năm 2007;

Căn cứ Luật Khám bệnh, chữa bệnh năm 2009;

Căn cứ Nghị định số 75/2017/NĐ-CP ngày 20/6/2017 của Chính phủ quy định chức năng, nhiệm vụ, quyền hạn về cơ cấu tổ chức của Bộ Y tế;

Căn cứ Quyết định số 170/QĐ-TTg ngày 30/01/2020 của Thủ tướng Chính phủ về việc thành lập Ban chỉ đạo Quốc gia phòng, chống dịch bệnh viêm đường hô hấp cấp do chủng mới của vi rút Corona gây ra;

Theo đề nghị của Cục trưởng Cục Quản lý Khám, chữa bệnh, Bộ Y tế.

QUYẾT ĐỊNH:

Điều 1. Ban hành kèm theo Quyết định này tài liệu chuyên môn “Hướng dẫn tạm thời về quản lý người nhiễm COVID-19 tại nhà”.

Điều 2. Tài liệu chuyên môn “Hướng dẫn tạm thời về quản lý người nhiễm COVID-19 tại nhà” được áp dụng tại tuyến y tế cơ sở theo sự chỉ đạo của Sở Y tế tỉnh, thành phố trực thuộc trung ương và Ban chỉ đạo phòng chống dịch COVID-19 của địa phương.

Điều 3. Giao Sở Y tế các tỉnh, thành phố trực thuộc Trung ương căn cứ diễn biến tình hình dịch COVID-19 tại địa phương, khi vượt quá khả năng đáp ứng về nguồn lực và khả năng thiết lập cơ sở thu dung, cách ly, quản lý, điều trị COVID-19 để tham mưu cho Ban chỉ đạo phòng chống dịch COVID-19 tỉnh, thành phố trực thuộc Trung ương quyết định thời điểm, địa điểm, phạm vi áp dụng “Hướng dẫn tạm thời về quản lý người nhiễm COVID-19 tại nhà”.

Điều 4. Quyết định này có hiệu lực kể từ ngày ký, ban hành.

Điều 5. Các ông, bà: Chánh Văn phòng Bộ, Chánh thanh tra Bộ, Tổng Cục trưởng, Cục trưởng và Vụ trưởng các Tổng cục, Cục, Vụ thuộc Bộ Y tế, Giám đốc Sở Y tế các tỉnh, thành phố trực thuộc trung ương, Giám đốc các Bệnh viện trực thuộc Bộ Y tế, Thủ trưởng Y tế các ngành chịu trách nhiệm thi hành Quyết định này./.

Nơi nhận:

- Như Điều 5;
- PTT. Vũ Đức Đam – Trưởng BCĐ PC dịch COVID-19 (để báo cáo);
- Bộ trưởng (để báo cáo)
- Các Thứ trưởng;
- Cổng thông tin điện tử Bộ Y tế, website Cục QLKCB;
- Lưu: VT, KCB.

KT. BỘ TRƯỞNG
THỨ TRƯỞNG

Nguyễn Trường Sơn

ngochi.v.kcb_Truong Le Van Ngoc_21/08/2021 11:25:59



HƯỚNG DẪN TẠM THỜI VỀ QUẢN LÝ NGƯỜI NHIỄM COVID-19 TẠI NHÀ

*(Ban hành kèm theo Quyết định số /QĐ-BYT
ngày tháng năm 2021)*

Hà Nội, 2021

DANH SÁCH BAN BIÊN SOẠN
“HƯỚNG DẪN TẠM THỜI VỀ QUẢN LÝ NGƯỜI NHIỄM COVID-19 TẠI NHÀ”

Chỉ đạo biên soạn

PGS.TS. Nguyễn Trường Sơn Thứ trưởng Bộ Y tế, Phó trưởng Ban chỉ đạo Quốc gia phòng chống dịch COVID-19

Chủ biên

PGS.TS. Lương Ngọc Khuê Cục trưởng Cục Quản lý Khám, chữa bệnh – Bộ Y tế, Phó trưởng Tiểu ban Điều trị COVID-19

Đồng chủ biên

PGS.TS. Nguyễn Lâm Hiếu Giám đốc Bệnh viện Đại học Y Hà Nội

Tham gia biên soạn và thẩm định

PTS.TS. Phạm Thị Ngọc Thảo Phó Giám đốc Bệnh viện Chợ Rẫy
 BSKH. Nguyễn Trung Cấp Phó Giám đốc Bệnh viện Bệnh nhiệt đới Trung ương
 TS. Nguyễn Văn Vĩnh Châu Giám đốc Bệnh viện Bệnh nhiệt đới TP Hồ Chí Minh
 BSKH. Nguyễn Minh Tiến Phó Giám đốc Bệnh viện Nhi đồng TP Hồ Chí Minh
 ThS. Nguyễn Trọng Khoa Phó Cục trưởng Cục Quản lý Khám, chữa bệnh
 TS. Vương Anh Dương Phó Cục trưởng Cục Quản lý Khám, chữa bệnh
 PGS.TS. Đỗ Duy Cường Giám đốc Trung tâm Bệnh truyền nhiễm – BV Bạch Mai
 PGS.TS Lê Thị Anh Thư Chủ tịch Hội Kiểm soát nhiễm khuẩn TP Hồ Chí Minh
 TS. Nguyễn Thành Giám đốc Trung tâm Cấp cứu 115, thành phố Hà Nội
 TS. Bùi Nghĩa Thịnh Trưởng khoa Hồi sức tích cực – Bệnh viện Quận Thủ Đức thành phố Hồ Chí Minh
 ThS. Vũ Quang Hiếu Chuyên gia Văn Phòng Tổ chức Y tế thế giới tại Việt Nam
 TS. Dương Huy Lương Trưởng phòng Quản lý chất lượng – Chỉ đạo tuyến – Cục QLKCB
 ThS. Nguyễn Thị Thanh Ngọc Phụ trách Phòng Nghiệp vụ - Thanh tra - Bảo vệ sức khỏe cán bộ, Cục QLKCB
 ThS. Hà Thị Kim Phụng Trưởng Phòng Điều dưỡng – Dinh dưỡng và Kiểm soát nhiễm khuẩn – Cục QLKCB – Bộ Y tế
 TS. Tạ Anh Tuấn Trưởng khoa Điều trị tích cực Nội khoa – BV Nhi trung ương
 BSKH. Đỗ Châu Việt Trưởng khoa Nhiễm – Bệnh viện Nhi đồng 2 TP Hồ Chí Minh
 BsCKH. Dư Tuấn Quy Trưởng khoa Nhiễm-Thần kinh – Bệnh viện Nhi đồng 1 TP HCM
 BSKH. Bùi Nguyễn Thành Long Phó Trưởng Phòng Nghiệp vụ Y - Sở Y tế TP Hồ Chí Minh
 TS. Nguyễn Quốc Thái Trung tâm Bệnh nhiệt đới – Bệnh viện Bạch Mai
 ThS. Trương Lê Vân Ngọc Phó trưởng Phòng Nghiệp vụ - Thanh tra - Bảo vệ sức khỏe cán bộ, Cục QLKCB - Bộ Y tế
 ThS. Cao Đức Phương Chuyên viên Phòng Nghiệp vụ - Thanh tra - Bảo vệ sức khỏe cán bộ, Cục QLKCB - Bộ Y tế

Thư ký biên soạn

TS. Nguyễn Quốc Thái Trung tâm Bệnh nhiệt đới – Bệnh viện Bạch Mai
 ThS. Trương Lê Vân Ngọc Cục QLKCB – Bộ Y tế
 ThS. Nguyễn Thị Lệ Quyên Cục QLKCB – Bộ Y tế
 DS. Đỗ Thị Ngát Cục QLKCB - Bộ Y tế
 BS. Nguyễn Thị Dung Cục QLKCB - Bộ Y tế

MỤC LỤC

I. THÔNG TIN CHUNG.....	4
1. Mục đích.....	4
2. Đối tượng sử dụng.....	4
II. ĐỐI TƯỢNG QUẢN LÝ TẠI NHÀ.....	4
1. Tiêu chí lâm sàng đối với người nhiễm COVID-19.....	4
2. Khả năng người nhiễm COVID-19 tự chăm sóc.....	4
III. NHIỆM VỤ CỦA CƠ SỞ QUẢN LÝ NGƯỜI NHIỄM TẠI NHÀ.....	5
1. Xác định, lập danh sách người nhiễm COVID-19 quản lý tại nhà.....	5
2. Hướng dẫn người nhiễm COVID-19 theo dõi sức khỏe tại nhà.....	5
2.1. Theo dõi sức khỏe:.....	5
2.2. Hướng dẫn chế độ ăn uống, sinh hoạt.....	6
2.3. Hướng dẫn thực hiện cách ly y tế tại nhà.....	6
3. Khám bệnh và theo dõi sức khỏe người nhiễm COVID-19.....	6
3.1. Theo dõi sức khỏe hàng ngày.....	6
3.2. Khám bệnh, kê đơn điều trị tại nhà.....	6
4. Lấy mẫu xét nghiệm COVID-19:.....	7
5. Xử trí cấp cứu, chuyển viện.....	7
PHỤ LỤC 01.....	8
PHỤ LỤC 02.....	9
PHỤ LỤC 03.....	12

HƯỚNG DẪN TẠM THỜI VỀ QUẢN LÝ NGƯỜI NHIỄM COVID-19 TẠI NHÀ

I. THÔNG TIN CHUNG

1. Mục đích

“Hướng dẫn tạm thời về quản lý người nhiễm COVID-19 tại nhà” được xây dựng với mục đích cung cấp các hướng dẫn và quy định về quản lý, hỗ trợ và chăm sóc người nhiễm SARS-CoV-2 và người bệnh COVID-19 mức độ nhẹ tại nhà (sau đây gọi chung là người nhiễm COVID-19).

2. Đối tượng sử dụng

a) Trạm y tế xã, phường, thị trấn; Trạm y tế lưu động; Trung tâm y tế quận, huyện, phòng khám; Trung tâm vận chuyển cấp cứu và các cơ sở được phân công tham gia công tác quản lý người nhiễm COVID-19 tại nhà (sau đây gọi tắt là Cơ sở quản lý người nhiễm COVID-19 tại nhà).

b) Ban chỉ đạo phòng chống dịch COVID-19 xã, phường, thị trấn; Ban chỉ đạo phòng chống dịch COVID-19 quận, huyện, thị xã.

c) Nhân viên tham gia công tác quản lý người nhiễm COVID-19 tại nhà.

II. ĐỐI TƯỢNG QUẢN LÝ TẠI NHÀ

1. Tiêu chí lâm sàng đối với người nhiễm COVID-19

a) Là người nhiễm COVID-19 (được khẳng định dương tính bằng xét nghiệm Realtime RT-PCR hoặc Test nhanh kháng nguyên) không có triệu chứng lâm sàng; hoặc có triệu chứng lâm sàng ở mức độ nhẹ: như sốt, ho khan, đau họng, nghẹt mũi, mệt mỏi, đau đầu, đau mỏi cơ, tê lưỡi;

b) Không có các dấu hiệu của viêm phổi hoặc thiếu ô xy, nhịp thở ≤ 20 lần/phút, $SpO_2 \geq 96\%$ khi thở khí trời; không có thở bất thường như thở rên, rút lõm lồng ngực, phập phồng cánh mũi, thở khò khè, thở rít ở thì hít vào.

c) Đáp ứng thêm, tối thiểu 1 trong 2 tiêu chí sau:

- Đã tiêm đủ 2 mũi hoặc 1 mũi vắc xin phòng COVID-19 sau 14 ngày, HOẶC

- Có đủ 03 yếu tố sau: (1) Tuổi: Trẻ em trên 1 tuổi, người lớn < 50 tuổi; (2) Không có bệnh nền (Danh mục các bệnh lý nền quy định tại Phụ lục 01); (3) Không đang mang thai.

2. Khả năng người nhiễm COVID-19 tự chăm sóc

a) Có thể tự chăm sóc bản thân như ăn uống, tắm rửa, giặt quần áo, vệ sinh...

b) Có khả năng liên lạc với nhân viên y tế để được theo dõi, giám sát và khi có tình trạng cấp cứu: Có khả năng giao tiếp và sẵn có phương tiện liên lạc như điện thoại, máy tính,...

c) Trường hợp người nhiễm COVID-19 không có khả năng tự chăm sóc, gia đình phải có người chăm sóc đáp ứng các tiêu chí của mục a, b ở trên.

III. NHIỆM VỤ CỦA CƠ SỞ QUẢN LÝ NGƯỜI NHIỄM TẠI NHÀ

1. Xác định, lập danh sách người nhiễm COVID-19 quản lý tại nhà

a) Cơ sở quản lý người nhiễm COVID-19 tại nhà hoặc cơ sở y tế được Sở Y tế phân công, thực hiện đánh giá người nhiễm theo các tiêu chí quy định tại mục 1 phần II.

b) Lập danh sách quản lý người nhiễm COVID-19 tại nhà (mẫu danh sách tại Phụ lục 02).

2. Hướng dẫn người nhiễm COVID-19 theo dõi sức khỏe tại nhà

2.1. Theo dõi sức khỏe:

a) Cơ sở quản lý sức khỏe người nhiễm COVID-19 hướng dẫn người nhiễm COVID-19 thực hiện tự theo dõi sức khỏe và điền thông tin vào phiếu theo dõi sức khỏe (theo mẫu tại Phụ lục 03), 2 lần/ngày vào buổi sáng và buổi chiều hoặc khi có các dấu hiệu, triệu chứng cần chuyển viện cấp cứu, điều trị theo quy định tại mục c, phần 2.1.

b) Nội dung theo dõi sức khỏe hàng ngày

- Chỉ số: Nhịp thở, mạch, nhiệt độ, SpO₂ (nếu có thể) và huyết áp (nếu có thể).

- Các triệu chứng: Mệt mỏi, ho, ho ra đờm, ớn lạnh/gai rét, viêm kết mạc (mắt đỏ), mất vị giác hoặc khứu giác, tiêu chảy (phân lỏng/đi ngoài); Ho ra máu, thở dốc hoặc khó thở, đau tức ngực kéo dài, lơ mơ, không tỉnh táo; Các triệu chứng khác như: Đau họng, nhức đầu, chóng mặt, chán ăn, buồn nôn và nôn, đau nhức cơ,...

c) Phát hiện bất cứ một trong các dấu hiệu dưới đây phải báo cáo ngay với Cơ sở quản lý người nhiễm COVID-19 tại nhà; trạm y tế xã, phường; hoặc trạm y tế lưu động, Trung tâm vận chuyển cấp cứu,... để được xử trí cấp cứu và chuyển viện kịp thời:

1) Khó thở, thở hụt hơi, hoặc ở trẻ em có dấu hiệu thở bất thường: thở rên, rút lõm lồng ngực, phập phồng cánh mũi, khò khè, thở rít thì hít vào.

2) Nhịp thở

- Người lớn: nhịp thở ≥ 21 lần/phút

- Trẻ từ 1 đến dưới 5 tuổi: Nhịp thở: ≥ 40 lần/phút,

- Trẻ từ 5 – dưới 12 tuổi: nhịp thở: ≥ 30 lần/phút

(Lưu ý ở trẻ em: đếm đủ nhịp thở trong 1 phút khi trẻ nằm yên không khóc).

3) SpO₂ $\leq 95\%$ (nếu có thể đo), (khi phát hiện bất thường đo lại lần 2 sau 30 giây đến 1 phút, khi đo yêu cầu giữ yên vị trí đo).

4) Mạch nhanh > 120 nhịp/phút hoặc dưới 50 lần/phút.

5) Huyết áp thấp: huyết áp tối đa < 90 mmHg, huyết áp tối thiểu < 60 mmHg (nếu có thể đo).

6) Đau tức ngực thường xuyên, cảm giác bó thắt ngực, đau tăng khi hít sâu.

7) Thay đổi ý thức: Lú lẫn, ngủ rũ, lơ mơ, rất mệt/mệt lả, trẻ quấy khóc, li bì khó đánh thức, co giật

8) Tím môi, tím đầu móng tay, móng chân, da xanh, môi nhợt, lạnh đầu ngón tay, ngón chân.

9) Không thể uống hoặc bú kém/giảm, ăn kém, nôn (ở trẻ em). Trẻ có biểu hiện hội chứng viêm đa hệ thống: Sốt cao, đỏ mắt, môi đỏ, lưỡi dâu tây, ngón tay chân sưng phù nổi hồng ban,...

10) Mắc thêm bệnh cấp tính: sốt xuất huyết, tay chân miệng,...

11) Bất kỳ tình trạng bất ổn nào của người nhiễm COVID-19 mà thấy cần báo cơ sở y tế.

2.2. Hướng dẫn chế độ ăn uống, sinh hoạt

Người nhiễm COVID-19 nên nghỉ ngơi, vận động thể lực nhẹ (phù hợp với tình trạng sức khỏe); tập thở ít nhất 15 phút mỗi ngày; Uống nước thường xuyên, không đợi đến khi khát mới uống nước; Không bỏ bữa; Tăng cường dinh dưỡng: ăn đầy đủ chất, ăn trái cây, uống nước hoa quả... và suy nghĩ tích cực, duy trì tâm lý thoải mái.

2.3. Hướng dẫn thực hiện cách ly y tế tại nhà

Thực hiện cách ly y tế tại nhà theo quy định tại mục 4 “Yêu cầu đối với người cách ly y tế tại nhà” trong “Hướng dẫn tạm thời về cách ly y tế tại nhà phòng, chống dịch COVID-19 cho người tiếp xúc gần (F1) được ban hành tại Công văn số 5599/BYT-MT ngày 14/7/2021 của Bộ Y tế. Tuyệt đối không đi ra khỏi nhà trong suốt thời gian cách ly y tế tại nhà.

3. Khám bệnh và theo dõi sức khỏe người nhiễm COVID-19

3.1. Theo dõi sức khỏe hàng ngày

a) Ghi chép, cập nhật thông tin về tình trạng sức khỏe người nhiễm COVID-19 hàng ngày và ghi vào các Phiếu theo dõi sức khỏe người nhiễm COVID-19 (Phụ lục 03); hoặc phần mềm quản lý sức khỏe người nhiễm COVID-19 .

b) Tiếp nhận các cuộc gọi điện thoại và tư vấn cho người nhiễm COVID-19, người chăm sóc.

c) Nhân viên của Cơ sở quản lý người nhiễm COVID-19 tại nhà có nhiệm vụ đến nhà người nhiễm COVID-19 để hỗ trợ trực tiếp, trong các trường hợp:

- Người nhiễm COVID-19 có tình trạng cấp cứu cần xác định mức độ để có hướng xử trí phù hợp.

- Không nhận được báo cáo về tình trạng sức khỏe của người nhiễm COVID-19 và không liên lạc được với người nhiễm COVID-19 hoặc người chăm sóc.

3.2. Khám bệnh, kê đơn điều trị tại nhà

a) Điều trị triệu chứng: Kê đơn, cấp phát thuốc điều trị triệu chứng

- Sốt:

+ Đối với người lớn: > 38.5⁰ C hoặc đau đầu, đau người nhiều: uống mỗi lần 1 viên thuốc hạ sốt như paracetamol 0,5g, có thể lặp lại mỗi 4-6h, ngày không quá 4 viên, uống oresol nếu uống kém/giảm hoặc có thể dùng uống thay nước.

+ Đối với trẻ em: > 38.5⁰ C, uống thuốc hạ sốt như paracetamol liều 10-15mg/kg/lần, có thể lặp lại mỗi 4-6h, ngày không quá 4 lần.

Nếu sau khi dùng thuốc hạ sốt 2 lần không đỡ, đề nghị thông báo ngay cho Cơ sở quản lý người nhiễm COVID-19 tại nhà để phối hợp xử lý.

- Ho: dùng thuốc giảm ho.

b) Kê đơn, cấp phát thuốc điều trị ngoại trú: thực hiện theo Hướng dẫn chẩn đoán và điều trị COVID-19 do chủng vi rút Corona mới SARS-CoV-2 của Bộ Y tế ban hành tại Quyết định số 3416/QĐ-BYT ngày 14/7/2021.

c) Khám, chữa bệnh tại nhà bởi Trạm y tế lưu động hoặc đội y tế lưu động: Căn cứ vào số ca mắc và khu vực có ca mắc trên địa bàn phường, xã để thành lập các trạm y tế lưu động hoặc Đội y tế lưu động sẵn sàng hỗ trợ cấp cứu cho người bệnh tại nhà.

4. Lấy mẫu xét nghiệm COVID-19:

a) Lấy mẫu xét nghiệm tại nhà (Realtime RT PCR; hoặc Test nhanh kháng nguyên) cho người nhiễm COVID-19 vào ngày 14 để chuẩn bị kết thúc thời gian cách ly.

b) Làm xét nghiệm cho người chăm sóc hoặc người ở cùng nhà với người nhiễm khi có triệu chứng nghi mắc COVID-19.

5. Xử trí cấp cứu, chuyển viện

a) Cơ sở quản lý người nhiễm COVID-19 tại nhà hướng dẫn người nhiễm khi có các dấu hiệu, triệu chứng cấp cứu, liên hệ ngay tới Cơ sở quản lý người nhiễm COVID-19 tại nhà hoặc Trung tâm vận chuyển cấp cứu để được hỗ trợ xử trí cấp cứu, chuyển viện.

b) Trong thời gian chờ đợi chuyển tuyến, Cơ sở quản lý người nhiễm COVID-19 hướng dẫn, xử trí cấp cứu cho bệnh nhân.

PHỤ LỤC 01**Danh mục các bệnh nền (có nguy cơ gia tăng mức độ nặng khi mắc COVID-19)**

1. Đái tháo đường
2. Bệnh phổi tắc nghẽn mạn tính và các bệnh phổi khác
3. Ung thư (đặc biệt là các khối u ác tính về huyết học, ung thư phổi và bệnh ung thư di căn khác).
4. Bệnh thận mạn tính
5. Ghép tạng hoặc cấy ghép tế bào gốc tạo máu
6. Béo phì, thừa cân
7. Bệnh tim mạch (suy tim, bệnh động mạch vành hoặc bệnh cơ tim)
8. Bệnh lý mạch máu não
9. Hội chứng Down
10. HIV/AIDS
11. Bệnh lý thần kinh (bao gồm cả chứng sa sút trí tuệ)
12. Bệnh hồng cầu hình liềm, bệnh thalassemia, bệnh huyết học mạn tính khác
13. Hen phế quản
14. Tăng huyết áp
15. Thiếu hụt miễn dịch
16. Bệnh gan
17. Rối loạn do sử dụng chất gây nghiện
18. Đang điều trị bằng thuốc corticosteroid hoặc các thuốc ức chế miễn dịch khác.
19. Các bệnh hệ thống.
20. Bệnh lý khác đối với trẻ em: Tăng áp phổi nguyên hoặc thứ phát, bệnh tim bẩm sinh, rối loạn chuyển hóa di truyền bẩm sinh, rối loạn nội tiết bẩm sinh-mắc phải.

PHỤ LỤC 02
Danh sách quản lý người nhiễm COVID-19 tại nhà

Trang bìa

TÊN CƠ SỞ Y TẾ

.....

DANH SÁCH QUẢN LÝ
NGƯỜI NHIỄM COVID-19 TẠI NHÀ

Năm 20...

ngoctly.keb_Truong Le Van Ngoc_21/08/2021 11:25:53

PHỤ LỤC 03

BẢNG THEO DÕI SỨC KHOẺ NGƯỜI NHIỄM COVID-19 TẠI NHÀ
 (Ban hành kèm theo Quyết định số _____ /QĐ-BYT ngày _____ tháng _____ năm 2021 của Bộ trưởng Bộ Y tế)

Họ và tên: _____ Sinh ngày: ____/____/____ Giới tính: Nam. Nữ Điện thoại: _____
 Họ và tên người chăm sóc: _____ Sinh ngày: ____/____/____ Số điện thoại: _____

TT	↓ Nội dung	Ngày theo dõi →	1		2		3		4		5		6		7		8		8		10		11		12		13		14	
			S	C	S	C	S	C	S	C	S	C	S	C	S	C	S	C	S	C	S	C	S	C	S	C	S	C	S	C
<i>Liên hệ ngay với nhân viên y tế nếu có 1 trong số dấu hiệu sau: SpO2 ≤95%, nhịp thở ≥21 lần/phút, mạch <50 hoặc >120 lần/phút, huyết áp <90/60</i>																														
1.	Mạch (lần/phút)																													
2.	Nhiệt độ hằng ngày (độ C)																													
3.	Nhịp thở																													
4.	SpO ₂ (%) (nếu có thể đo)																													
5.	Huyết áp tối đa (mmHg) (nếu có thể đo)																													
	Huyết áp tối thiểu (mmHg) (nếu có thể đo)																													
6.	KHÔNG TRIỆU CHỨNG																													
<i>Chú ý đến sức khỏe của bạn. Nếu bạn có bất kỳ triệu chứng nào, hãy viết (C): hoặc (K) là KHÔNG bên dưới cho mỗi triệu chứng hằng ngày.</i>																														
7.	Mệt mỏi																													
8.	Ho																													
9.	Ho ra đờm																													
10.	Ớn lạnh/gai rét																													
11.	Viêm kết mạc (mắt đỏ)																													
12.	Mất vị giác hoặc khứu giác																													
13.	Tiêu chảy (phân lỏng / đi ngoài)																													
<i>Liên hệ ngay với nhân viên y tế nếu có một trong số các triệu chứng sau</i>																														
14.	Ho ra máu																													
14.	Thở dốc hoặc khó thở																													
15.	Đau tức ngực kéo dài																													
16.	Lơ mơ, không tỉnh táo																													

Triệu chứng khác: Đau họng, nhức đầu, chóng mặt, chán ăn, buồn nôn và nôn, đau nhức cơ... thêm vào phần “Ghi chú”

Ghi chú:

