

NHỮNG ĐIỀU CẦN BIẾT KHI CÁCH LY, ĐIỀU TRỊ NGƯỜI NHIỄM COVID-19 TẠI NHÀ

VI. TIÊU CHUẨN KẾT THÚC CÁCH LY, ĐIỀU TRỊ TẠI NHÀ

(1). Người nhiễm Covid-19 có đủ điều kiện cách ly, điều trị tại nhà được dỡ bỏ cách ly điều trị tại nhà khi:

- Đã cách ly, điều trị tại nhà đủ 10 ngày,
- Kết quả xét nghiệm kháng nguyên âm tính với SARS-CoV-2 do nhân viên y tế thực hiện (test nhanh do Bộ Y tế cấp phép).



(2) Các trường hợp nhiễm Covid-19 khác điều trị tại nhà do Trạm Y tế/Trạm Y tế lưu động chịu trách nhiệm xác nhận khỏi bệnh cho từng trường hợp cụ thể.

(3) Theo dõi sức khỏe sau khi kết thúc điều trị tại nhà.

- Người bệnh sau khi khỏi bệnh cần ở tại nhà và tự theo dõi sức khỏe trong 07 ngày; Tuân thủ 5 K.
- Khi có sốt trên 38 độ C ở hai lần đo liên tiếp hoặc bất kỳ dấu hiệu lâm sàng nào thì thông báo ngay cho nhân viên y tế.

VII. KHUYẾN CÁO

- Mọi người tự thực hiện xét nghiệm kháng nguyên (Test nhanh) cho bản thân, các thành viên trong hộ gia đình theo hướng dẫn của nhân viên y tế hoặc xem hướng dẫn của Nhà sản xuất để phát hiện nhanh COVID-19;

- Tự mua Test nhanh kháng nguyên (được Bộ Y tế cấp phép) tại các cơ sở kinh doanh được Sở Y tế Bắc Giang cấp phép hoạt động.

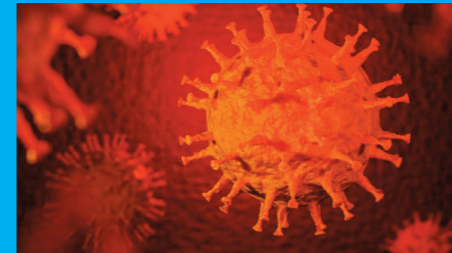


Số điện thoại tư vấn điều trị COVID-19 tại nhà của Trung tâm Y tế huyện: BS Nguyễn Thành Hưng 0374 085 282; BS Đinh Văn Tùng 0382543281, BS Chu Bá Tám 0912 404 704

Thích ứng, linh hoạt, an toàn, kiểm soát hiệu quả dịch Covid-19

NHỮNG ĐIỀU CẦN BIẾT KHI CÁCH LY, ĐIỀU TRỊ NGƯỜI NHIỄM COVID-19 TẠI NHÀ

I. ĐẠI CƯƠNG



(1) Từ tháng 12/2019 một chủng mới của Virut corona (SARS-CoV-2) được xác định gây dịch bệnh viêm đường hô hấp cấp tính (Covid-19) tại Vũ Hán (tỉnh Hồ Bắc Trung Quốc), sau đó lan rộng gây ra đại dịch toàn cầu. Có nhiều biến thể vi rút khác nhau.

(2) Đường lây truyền: Trực tiếp từ người sang người qua đường hô hấp (qua giọt bắn là chủ yếu và qua tiếp xúc với đồ vật bị ô nhiễm).

Người bệnh có khả năng phát tán vi rút từ 2 ngày trước khi có triệu chứng đầu tiên và phát tán mạnh nhất trong 3 ngày đầu từ khi biểu hiện triệu chứng, những người không có triệu chứng vẫn có thể phát tán vi rút gây lây nhiễm.



(3) Phổ bệnh của Covid-19 đa dạng từ không có triệu chứng, có các triệu chứng nhẹ, cho tới những biểu hiện bệnh lý nặng như: Viêm phổi nặng, hội chứng suy hô hấp cấp, nhiễm khuẩn huyết suy chức năng đa cơ quan; Người cao tuổi, người có bệnh mãn tính... sẽ có nguy cơ diễn biến nặng nhiều hơn.

II. PHÒNG BỆNH COVID-19

1. Thực hiện TIÊM ĐÚNG LIỀU VẮC-XIN



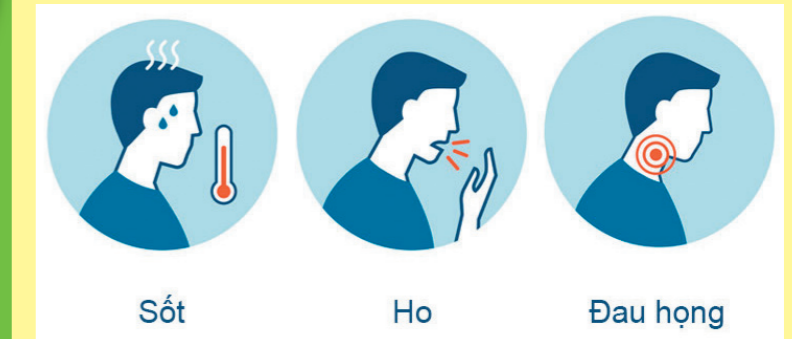
2. Thực hiện 5K



III. NGƯỜI ĐƯỢC XÁC ĐỊNH NHIỄM COVID-19 (F0)

Người được xác định nhiễm Covid-19 (F0) bị một trong số các trường hợp sau:

- (1) Là người có kết quả xét nghiệm dương tính với vi rút SARS-CoV-2 bằng phương pháp RT-PCR.
- (2) Là người tiếp xúc gần (F1) và có kết quả xét nghiệm nhanh kháng nguyên dương tính với vi rút SARS-CoV-2



(3) Là người có biểu hiện lâm sàng nghi mắc Covid-19 và có kết quả xét nghiệm nhanh kháng nguyên dương tính với SARS-CoV-2 và có yếu tố dịch tễ (không bao gồm F1)

(4) Là người có kết quả xét nghiệm nhanh kháng nguyên dương tính 02 lần liên tiếp (xét nghiệm lần 2 trong vòng 8 giờ kể từ khi có kết quả xét nghiệm lần 1 với vi rút SARS-CoV-2 và có yếu tố dịch tễ (không bao gồm F1).

Số điện thoại tư vấn điều trị COVID-19 tại nhà của Trung tâm Y tế huyện: BS Nguyễn Thành Hưng 0374 085 282; BS Đinh Văn Tùng 0382543281, BS Chu Bá Tám 0912 404 704

Thích ứng, linh hoạt, an toàn, kiểm soát hiệu quả dịch Covid-19

IV. ĐỐI TƯỢNG NGƯỜI NHIỄM COVID-19 ĐƯỢC CÁCH LY, ĐIỀU TRỊ TẠI NHÀ

1. Tiêu chí lâm sàng:

- Là người đã được xác định nhiễm Covid-19 không có triệu chứng lâm sàng; hoặc có triệu chứng lâm sàng ở mức độ nhẹ như: sốt, ho khan, đau họng, nghẹt mũi, đau đầu, đau mỏi cơ, tê lưỡi.

- Không có các dấu hiệu của viêm phổi hoặc thiếu oxy, 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.

CÓ THÊM tối thiểu 1 trong 2 tiêu chí sau:
Đã tiêm đủ 2-3 mũi vắc-xin hoặc 1 mũi vắc-xin phòng Covid-19 sau 14 ngày
Hoặc có đủ 3 yếu tố:
(1) Tuổi: Trẻ em trên 1 tuổi, người lớn dưới 50 tuổi
(2) Không có bệnh nền
(3) Không đang mang thai

2. Khả năng tự chăm sóc



(1) Có thể tự chăm sóc bản thân như ăn uống, tắm rửa, giặt giũ quần áo, vệ sinh

(2) 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

(3) Trường hợp người nhiễm Covid-19 không có khả năng tự chăm sóc, gia đình phải có người chăm sóc đáp ứng tiêu chí ở trên.

3. Có đủ điều kiện về cơ sở vật chất

- Có phòng ở riêng biệt, khép kín/ hoặc nhà ở riêng biệt; mọi sinh hoạt, vệ sinh cá nhân riêng biệt.

- Mọi đồ dùng cá nhân, đồ dùng vệ sinh... phải dùng riêng.

- Không để người già, người mắc bệnh nền, trẻ em dưới 7 tuổi ở cùng nhà với người cách ly, điều trị.



1. Tự theo dõi sức khỏe:

Người nhiễm Covid-19 tự theo dõi sức khỏe và điền vào phiếu theo dõi sức khỏe 2 lần/ngày (sáng, chiều) hoặc khi có dấu hiệu cần chuyển viện cấp cứu, điều trị.

(1). Chỉ số về Nhịp thở, mạch, Nhiệt độ, SPO_2 và Huyết áp (nếu có thể)

(2). 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; Ho ra máu, thở dốc hoặc khó thở, đau tức ngực kéo dài, lơ mơ, không tỉnh táo, đau họng, nhức đầu, chóng mặt, chán ăn, buồn nôn và nôn, đau nhức cơ...

(3). KHI PHÁT HIỆN BẤT CỨ DẤU HIỆU NÀO DƯỚI ĐÂY PHẢI BÁO NGAY VỚI nhân viên y tế được phân công theo dõi HOẶC TRẠM Y TẾ XÃ để được xử trí, cấp cứu và chuyển viện kịp thời.

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

- Nhịp thở:
+ Người lớn ≥ 21 lần/1 phút
+ Trẻ 1- đến dưới 5 tuổi ≥ 40 lần/ phút

+ Trẻ từ 5- dưới 12 tuổi ≥ 30 lần/phút
- $SPO_2 < 95\%$ (nếu có thể đo)
- Mạch nhanh ≥ 120 lần/ phút hoặc mạch chậm dưới 50 lần/phút

- Huyết áp thấp: Huyết áp tối đa ≤ 90 mmHg, Huyết áp tối thiểu dưới 60 mmHg

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

- Thay đổi ý thức: lú lẫn, ngủ rũ, lơ mơ, rất mệt/mệt lả, trẻ em quấy khóc, li bì khó đánh thức, co giật.

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

- Trẻ em không thể uống hoặc bú kém/giảm, ăn kém, nôn; trẻ có biểu hiện viêm đa hệ thống: sốt cao, đỏ mắt, môi đỏ, lưỡi dâu tây, ngón tay chân sưng phù nổi hồng ban; Mặc thêm các bệnh cấp tính như sốt xuất huyết, tay chân miệng...

Bất kỳ tình trạng bất ổn nào của người nhiễm Covid-19 mà thấy cần báo nhân viên y tế qua số điện thoại được cung cấp.

V. HƯỚNG DẪN ĐIỀU TRỊ COVID -19 TẠI NHÀ



2. Sử dụng thuốc: Thực hiện đúng theo thuốc đã được kê đơn và hướng dẫn của nhân viên y tế.



3. 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; không bỏ bữa.

- Tăng cường dinh dưỡng ăn đầy đủ chất, ăn trái cây, nước hoa quả... duy trì tâm lý thoải mái.



4. Thực hiện cách ly y tế tại nhà:

- Thực hiện nghiêm quy định về điều trị, cách ly tại nhà, ở riêng 01 phòng, vệ sinh riêng, đồ dùng sinh hoạt cá nhân riêng.

- Tuyệt đối không ra khỏi nhà, nơi lưu trú trong suốt thời gian điều trị, cách ly; không tiếp xúc, ăn uống cùng người khác.

- Luôn thực hiện biện pháp 5K; Cài đặt, bật Bluetooth hàng ngày trên ứng dụng PC-Covid trong suốt thời gian điều trị cách ly tại nhà.

- Thực hiện xét nghiệm theo chỉ định của y tế.

- Vệ sinh tay thường xuyên, vệ sinh bề mặt, môi trường phòng cách ly sạch sẽ.

- Thu gom chất thải theo hướng dẫn của cán bộ y tế.

- Thông báo ngay cho cán bộ y tế khi có biểu hiện bất thường về sức khỏe.



5. Người ở cùng nhà với người cách ly, điều trị (F0)

- Đảm bảo đủ điều kiện cơ sở vật chất, trang thiết bị cho người nhiễm Covid-19 điều trị tại nhà.

- Cung cấp thực phẩm, đồ dùng thiết yếu cho người điều trị cách ly.

- Không tiếp xúc với người đang điều trị cách ly.

- Hạn chế tối đa ra khỏi nhà, luôn thực hiện 5K, cài đặt, bật Bluetooth hàng ngày trên ứng dụng PC-Covid trong suốt thời gian cách ly tại nhà.

- Thực hiện xét nghiệm theo chỉ định của y tế

- Không cho người khác vào nhà (trừ người làm nhiệm vụ),

- Thực hiện thu gom chất thải từ phòng cách ly, vệ sinh khử khuẩn hàng ngày theo hướng dẫn.

- Tự theo dõi sức khỏe; khi có dấu hiệu nghi ngờ như: ho sốt, đau rất họng, khó thở... thông báo ngay cho nhân viên y tế.



Thích ứng, linh hoạt, an toàn, kiểm soát hiệu quả dịch Covid-19

Thích ứng, linh hoạt, an toàn, kiểm soát hiệu quả dịch Covid-19