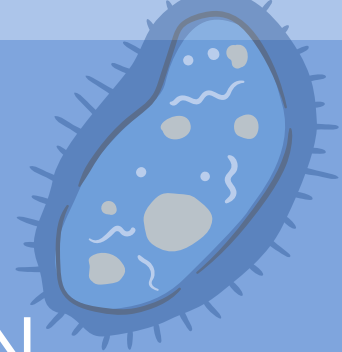


COVID-19

BỆNH LÝ VÀ TRUYỀN



CÁC TRIỆU CHỨNG NHƯ THẾ NÀO?



TRIỆU CHỨNG THƯỜNG GẶP

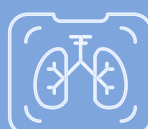
- Ho khan
- Sốt
- Khó thở
- Mệt mỏi

TRIỆU CHỨNG TIỀM NĂNG

- Đau cơ và khớp
- Đau họng
- Đau đầu
- Bệnh tiêu chảy

Trung bình phải mất 5-6 ngày kể từ khi ai đó bị nhiễm vi-rút để xuất hiện các triệu chứng, tuy nhiên có thể mất đến 14 ngày

CÁC YẾU TỐ NGUY CƠ LÀ GÌ?



- Người lớn tuổi (65+)
- Những người có hệ thống miễn dịch bị tổn thương
- Những người mắc bệnh mãn tính như: bệnh tim, tiểu đường, bệnh phổi



VIRUS CÓ THỂ TỒN TẠI BAO LÂU TRÊN BỀ MẶT?

Virus có thể tồn tại đến **24 giờ** trên bìa các tông và tối đa **2 đến 3 ngày** trên nhựa và thép không gỉ..

Làm sạch VÀ khử trùng bề mặt thường xuyên chạm vào hàng ngày. Điều này bao gồm bàn, tay nắm cửa, công tắc đèn, mặt bàn, tay cầm, điện thoại, máy tính, nhà vệ sinh, vòi và bồn rửa.

Đề thận trọng tối đa: đầu tiên làm sạch bề mặt bằng xà phòng và nước, sau đó lau bằng chất khử trùng trong gia đình.

CÓ NÊN ĐI KHÁM BÁC SĨ?

- Nếu có các triệu chứng nhẹ / phổ biến, hãy gọi **bác sĩ chăm sóc** chính của bạn. Thông báo cho họ nếu bạn đã tiếp xúc với bất kỳ ai có thể bị nhiễm COVID-19.
- Bác sĩ sẽ cho biết nếu và nơi bạn có thể được xét nghiệm. Nếu phát triển các triệu chứng nghiêm trọng, bác sĩ sẽ đặt ra một kế hoạch chuyên biệt để chăm sóc tại bệnh viện.
- Vì xét nghiệm chưa được phổ biến rộng rãi, bác sĩ có thể yêu cầu bạn ở nhà từ 14 ngày trở lên trong trường hợp bị nhiễm bệnh.

LÀM THẾ NÀO ĐỂ NGĂN NGỪA SỰ LÂY LAN CỦA COVID-19?

Ở NHÀ KHI CÓ THỂ



Ở cách người khác ít nhất 6 feet, ngay cả khi họ không có biểu hiện bệnh. Tìm hiểu các chính sách cộng đồng liên quan đến việc rời khỏi nhà.



RỬA TAY TRONG ÍT NHẤT 20 GIÂY.

Rửa sạch trước khi ăn hoặc chuẩn bị thức ăn, và sau khi hắt hơi, ho, xì mũi hoặc đến những nơi công cộng. Sử dụng chất khử trùng tay với ít nhất 60% cồn nếu bạn không thể rửa tay bằng **xà phòng** và **nước**.

TRÁNH CHẠM VÀO MẮT, MŨI VÀ MIỆNG



Có thể bị nhiễm trùng nếu chạm vào các bề mặt bị ô nhiễm và sau đó chạm vào mắt, mũi hoặc miệng. Che ho và hắt hơi bằng khăn giấy hoặc khuỷu tay.



CHĂM SÓC BẢN THÂN VÀ NHỮNG NGƯỜI THÂN YÊU

Người lớn và những người có bệnh mãn tính có nguy cơ cao hơn và nên tham khảo ý kiến bác sĩ về việc được bảo vệ. Tạo một danh sách các liên lạc khẩn cấp và tạo không gian trong nhà cho thành viên gia đình bị bệnh.