Hướng dẫn mới và hai trường hợp COVID-19 mới trong hạt Santa Clara – Ngày 3 tháng 3 năm 2020

Hướng dẫn mới từ Sở Y tế Công cộng hạt Santa Clara

Cho những người có nhiều nguy cơ nguy cơ hơn vì COVID-19

Hai trường hợp mới được xác định trong hạt Santa Clara

HẠT SANTA CLARA, CA— Sở Y tế Công cộng hạt Santa Clara cung cấp hướng dẫn mới cho cộng đồng để bảo vệ những người có nhiều nguy cơ mắc bệnh nghiêm trọng do COVID-19. Hạt cũng thông báo rằng hiện có 11 trường hợp COVID-19 được xác nhận tại hạt Santa Clara. Điều này cộng thêm 2 trường hợp vào 9 trường hợp đã được xác nhận trước đó. Cả hai trường hợp này vẫn đang được điều tra để xác định nguồn lây truyền. Tại thời điểm này, trong tổng số các trường hợp được xác nhận trong hạt, chỉ có hai trường hợp được xác định là lây truyền trong cộng đồng; bốn trường hợp có liên quan đến du lịch; ba trường hợp có tiếp xúc gần gũi với các người đã được biết bị nhiễm; và hai trường hợp mới vẫn đang được điều tra.

Bác sĩ Sara Cody cho biết: "Do sự gia tăng gần như hàng ngày trong các trường hợp, Sở Y tế Công cộng đang ban hành hướng dẫn mới hôm nay để bảo vệ sức khỏe của những người dễ bị tổn thương. Chúng tôi yêu cầu sự giúp đỡ của cộng đồng trong việc chia sẻ các khuyến nghị mới này, giữ bình tĩnh và làm theo hướng dẫn trước đây của Trung tâm Kiểm soát Dịch bệnh".

Hạt Santa Clara đang hợp tác chặt chẽ với một nhóm từ Trung tâm Kiểm soát và Phòng ngừa Dịch bệnh (CDC) đang có tại Sở Y tế Công cộng.

Bác sĩ George Han, Phó Giám đốc Y tế của Hạt Santa Clara cho biết: "Một điều quan trọng cần nhớ là, đối với khoảng 80% dân số, căn bệnh này sẽ là nhẹ. Mặc dù nhiều người trong cộng đồng của chúng ta có thể bị bệnh, đại đa số sẽ hồi phục. Các biện pháp bổ sung đang được sử dụng để bảo vệ những người trong cộng đồng của chúng ta, tức là những người có nguy cơ mắc bệnh nghiêm trọng nhất".

Sở Y tế Công cộng của hạt đã công bố hướng dẫn mới sau đây:

Hướng dẫn cho các cá nhân và tổ chức để bảo vệ những người có nhiều nguy cơ mắc bệnh nghiêm trọng:

Sở Y tế Công cộng hạt Santa Clara đang đưa ra các khuyến nghị sau đây cho những người có nhiều nguy cơ mắc bệnh nghiêm trọng nếu họ mắc COVID-19.

Ai có nhiều nguy cơ hơn?
Thông tin về các yếu tố cho nguy cơ nhiễm COVID-19 đang phát triển, nhưng bằng chứng tốt nhất hiện có cho thấy nguy cơ mắc bệnh nặng bắt đầu tăng ở tuổi 50 đối với những người mắc COVID-19 và tăng theo tuổi (tức là người 80 tuổi có nhiều nguy cơ hơn một người 70 tuổi). Nhóm có nguy cơ cao nhất là những người từ 80 tuổi trở lên.

Những người có vấn đề sức khỏe cũng có nhiều nguy cơ mắc bệnh nghiêm trọng hơn, bao gồm những người mắc bệnh tim mạch, tiểu đường, ung thư, bệnh tim hoặc các bệnh phổi mãn tính như COPD, cũng như những người bị suy giảm miễn dịch.

Tôi nên làm gì nếu tôi có nhiều nguy cơ hơn?
Sở Y tế Công cộng của hạt đang khuyến nghị những người có nhiều nguy cơ hơn nên tránh các cuộc tụ họp đông người như diễu hành, các sự kiện thể thao và các buổi hòa nhạc nơi có nhiều người ngồi trong khoảng cách tầm tay của nhau. Điều này sẽ **không** bao gồm các môi trường văn phòng điển hình, cửa hàng tạp hóa hoặc trung tâm mua sắm, tức là nơi thường không có nhiều người trong khoảng cách tầm tay của nhau.

Tôi điều hành một tổ chức chủ yếu phục vụ người cao niên hoặc các cá nhân có sức khỏe yếu (ví dụ: viện dưỡng lão). Tôi nên làm gì?

Sở Y tế Công cộng của hạt đang khuyến nghị rằng các tổ chức chủ yếu phục vụ người cao niên hoặc các cá nhân có sức khỏe yếu nên:

- hủy bỏ các cuộc tụ họp đông người (ví dụ: tụ tập chơi lô tô lớn, chiếu phim, v.v.);
- đảm bảo họ thận trọng hơn trong các khuyến nghị sau đây về việc làm sạch các bề mặt hay được chạm, 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;
- thực hiện tất cả các biện pháp cần thiết để đảm bảo tất cả nhân viên, khách đến thăm và những người được phục vụ mà đang gặp phải bất kỳ triệu chứng bệnh nào được ở nhà và tránh tiếp xúc với người khác; và
- tăng cường việc tầm soát các du khách, nhân viên và cư dân về các triệu chứng của bệnh hô hấp cấp tính (ví dụ: sốt, ho, khó thở).

Đây là một tình huống đang phát triển; do đó, các đề xuất này có thể thay đổi và chúng tôi khuyên các cá nhân và tổ chức đảm bảo rằng họ theo dõi hướng dẫn mới và tuân theo hướng dẫn đó khi được công bố.

Xin nhắc lại, để ngăn ngừa sự lây lan của COVID-19 và tất cả các bệnh truyền nhiễm khác như cúm, cảm lạnh, v.v., CDC khuyến nghị tất cả mọi người nên tuân thủ các biện pháp nghi thức vệ sinh đường hô hấp, bao gồm:

- Rửa tay thường xuyên bằng xà phòng và nước trong ít nhất 20 giây, đặc biệt là sau khi đi vệ sinh; trước khi ăn; và sau khi xì mũi, ho hoặc hắt hơi.

    - Nếu không có sẵn xà phòng và nước, hãy sử dụng nước khử trùng tay chứa cồn với ít nhất 60% cồn. Luôn rửa tay bằng xà phòng và nước nếu tay bẩn rõ ràng.
- Tránh tiếp xúc gần với người bị bệnh.
- Tránh chạm vào mắt, mũi và miệng.
- Ở nhà khi quý vị bị bệnh.
- Che miệng khi ho hoặc hắt hơi bằng khăn giấy, sau đó ném khăn giấy vào thùng rác và làm sạch tay.
- Làm sạch và khử trùng các đồ vật và bề mặt thường xuyên chạm vào bằng cách sử dụng bình xịt hoặc khăn lau chùi thông thường trong gia đình.
- Làm theo khuyến nghị của CDC cho việc sử dụng khẩu trang.
    - CDC **không** khuyến nghị những người khỏe mạnh đeo khẩu trang để bảo vệ bản thân khỏi các bệnh về đường hô hấp, bao gồm COVID-19.
    - Khẩu trang nên được dùng bởi những người có triệu chứng nhiễm COVID-19 để giúp ngăn ngừa lây lan bệnh sang người khác. Việc sử dụng khẩu trang cũng rất quan trọng đối với các nhân viên y tế và những người chăm sóc ai đó trong môi trường trong nhà (ở nhà hoặc tại cơ sở chăm sóc sức khỏe).

Hướng dẫn trước được cấp bởi Trung tâm Kiểm soát Dịch bệnh

Hướng dẫn mới bảo vệ những người có nhiều nguy cơ mắc bệnh nghiêm trọng do COVID-19 sẽ bổ sung các khuyến nghị *trước đây* từ CDC và các viên chức y tế công cộng địa phương mà được liệt kê dưới đây:

Khuyến nghị bảo vệ cá nhân:

- Giữ tay sạch sẽ bằng cách rửa tay thường xuyên, đặc biệt là sau khi quý vị chạm vào các bề mặt thông thường, chẳng hạn như tay nắm cửa, nút thang máy, tay vịn, công tắc đèn, mặt bàn và bàn. Đây là một trong những bước quan trọng nhất quý vị có thể thực hiện để tránh bị bệnh và lây truyền vi trùng cho người khác.
- Luôn che miệng khi ho.
- Ở nhà nếu quý vị bị bệnh.
- Tránh chạm vào mặt quý vị vì một cách virus lây lan là khi quý vị chạm vào miệng, mũi hoặc mắt của chính mình. Nếu quý vị cần phải chạm vào miệng, mũi hoặc mắt mình, hãy rửa tay trước khi quý vị làm như vậy.

Khuyến nghị cho các trường học:

- Các trường học nên lập kế hoạch cho sự vắng mặt và khám phá các lựa chọn cho việc học tập tại nhà và tăng cường làm sạch bề mặt. Hướng dẫn bổ sung có sẵn tại: https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/specific-groups/guidance-for-schools.html

Khuyến nghị cho Ban tổ chức và Nhân viên chịu trách nhiệm lập kế hoạch cho các cuộc tập hợp đông người hoặc các sự kiện cộng đồng lớn:

https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/community/mass-gatherings-ready-for-covid-19.html

Khuyến nghị cho doanh nghiệp:

- Các doanh nghiệp nên lập kế hoạch cho các cách tăng cường làm sạch bề mặt, giải quyết sự vắng mặt và, bất cứ khi nào có thể, thay thế các cuộc họp đối mặt bằng các buổi họp qua video hoặc điện thoại và tăng các cách làm việc từ xa. Hướng dẫn bổ sung có sẵn tại: https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/specific-groups/guidance-business-response.html?CDC_AA_refVal=https%3A%2F%2Fwww.cdc.gov%2Fcoronavirus%2F2019-ncov%2Fguidance-business-response.html

Khuyến nghị cho khách du lịch:
Trung tâm Kiểm soát và Phòng ngừa Dịch bệnh cung cấp các thông báo du lịch hiện tại về việc du lịch quốc tế cho các quốc gia bị ảnh hưởng. Truy cập: https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/travelers/index.html

Nếu quý vị trở về từ chuyến du lịch quốc tế, các khuyến nghị là:

- Nếu quý vị có các triệu chứng, hãy ở nhà, liên hệ với nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe và cho họ biết lịch sử du lịch của quý vị.
- Nếu quý vị đã đi du lịch đến các quốc gia bị dịch coronavirus và không có triệu chứng, quý vị có thể quyết định ở nhà nếu muốn thận trọng, nhưng hiện tại không bắt buộc. Nếu quý vị phát triển các triệu chứng, hãy gọi cho nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe của quý vị và cho họ biết các triệu chứng và lịch sử du lịch gần đây.

Để biết thêm chi tiết, truy cập:

www.sccphd.org/coronavirus

www.cdc.gov

Cập nhật lần cuối vào ngày: 3/3/2020 4:27 PM