

# Nên chăm sóc người nhà nhiễm bệnh COVID-19 như thế nào?(1/2)

Nếu trong nhà bạn hoặc sống chung với bạn có bệnh nhân nhiễm COVID-19, trước khi chưa được sắp xếp nhập viện, bạn có thể thực hiện như sau :

## Chăm sóc bệnh nhân

1. Cung cấp các vật dụng sinh hoạt cho người đã nhiễm bệnh, nhắc nhở họ nghỉ ngơi nhiều hơn và uống nước, uống thuốc theo chỉ định của bác sĩ, uống thuốc hạ sốt khi bị sốt.
2. Đa số bệnh nhân ở mức độ nhẹ, các triệu chứng có thể tự khỏi sau vài ngày nghỉ ngơi, vui lòng đợi thông báo của đơn vị y tế nhưng hãy chú ý xem các triệu chứng có nặng hơn không.
3. Nếu các triệu chứng sau đây xảy ra, vui lòng lập tức liên hệ số 119, Bộ Y tế hoặc quay số 1922 : lên cơn hen, khó thở, đau ngực, tức ngực, da hoặc môi hoặc móng tay bị xanh.

## Tự bảo vệ mình

1. Nếu bạn thuộc nhóm có nguy cơ cao bị COVID-19 nghiêm trọng (bao gồm 65 tuổi trở lên, hệ miễn dịch suy yếu hoặc mắc các bệnh tiềm ẩn, v.v.), vui lòng không trực tiếp chăm sóc những bệnh nhân đã được xác nhận mắc bệnh .
2. Trong quá trình chăm sóc, cố gắng tránh tiếp xúc trực tiếp với những bệnh nhân được chẩn đoán mắc bệnh COVID-19. Người được chẩn đoán mắc bệnh ở nhà nên ở một mình một phòng, cố gắng không ra khỏi phòng và sử dụng các thiết bị phòng tắm khác nhau.
3. Nếu phải dùng chung không gian, bạn nên mở cửa sổ để đảm bảo không khí lưu thông, nếu sử dụng chung thiết bị phòng tắm, vui lòng chuẩn bị nước trắng hoặc cồn, khử trùng sau mỗi lần sử dụng.
4. Nghiêm cấm những người đến thăm người mắc bệnh COVID-19 và những người chăm sóc không được tiếp xúc với những người khác ngoài những người sống chung với họ.
5. Tránh ăn chung và dùng chung đồ với người bệnh.
6. Bộ đồ ăn mà người mắc bệnh sử dụng qua cần rửa sạch bằng dung dịch tẩy rửa, đeo găng tay và thực hiện vệ sinh tay sau khi rửa (rửa tay bằng xà phòng và nước, hoặc sử dụng cồn).

# Nên chăm sóc người nhà nhiễm bệnh COVID-19 như thế nào?(2/2)

## Vệ sinh bàn tay và đeo khẩu trang hoặc găng tay.

1. Người chăm sóc nếu cần đi vào phòng của người nhiễm bệnh, đôi bên đều phải đeo khẩu trang.
2. Người nhiễm bệnh nếu cần ra khỏi phòng, hoặc khi có người nhà ở bên cạnh, đôi bên đều phải đeo khẩu trang.
3. Lúc tiếp xúc có thể chạm vào vết máu người nhiễm bệnh hoặc vết bẩn trên bề mặt đồ vật, đều phải đeo găng tay.
4. Xin sử dụng nước tẩy pha loãng hoặc cồn lau sạch bề mặt đồ vật của người nhiễm bệnh thường chạm qua. Nếu người nhiễm bệnh vẫn có thể tự xử lý, có thể để cho người nhiễm bệnh tự lau chùi mọi nơi khu cách ly.
5. Người chăm sóc người nhiễm bệnh trước sau đều phải thực hiện vệ sinh bàn tay(sử dụng xà phòng và nước rửa tay, hoặc sử dụng cồn), đồng thời đeo găng tay.
6. Chú ý thường xuyên rửa tay đúng cách \ tránh tay chạm vào miệng mũi mắt.

## Kiểm nghiệm sức khỏe

1. Người chăm sóc bản thân nếu là người tiếp xúc gần với người nhiễm bệnh(tiếp xúc với bệnh án trước khi cách ly 3 ngày cùng dùng cơm \ ở chung hoặc lúc mặt đối mặt tiếp xúc không đeo khẩu trang trên 15 phút) không được ra ngoài.
2. Người chăm sóc trong thời gian chăm sóc, cần chú ý tình hình sức khỏe bản thân, kiểm tra xem có phát sốt \ ho \ thở gấp vvv liên quan đến triệu chứng nhiễm COVID-19.
3. Sau khi thời kỳ chăm sóc kết thúc, nên từ ngày tiếp xúc cuối cùng với người bệnh bắt đầu tự ở nhà cách ly 14 ngày.