

## **TUYÊN TRUYỀN** **PHÒNG CHỐNG VIRUS CORONA**

**Virus corona chủng mới gây viêm đường hô hấp cấp (hay còn gọi là nCoV, virus corona Vũ Hán, bệnh viêm phổi Vũ Hán) đang hoành hành, khiến người mắc bệnh có các biểu hiện như ho, sốt và khó thở, suy yếu nội tạng...**

### **1. Biểu hiện nhiễm virus corona**

Khi nhiễm virus corona, người bệnh bị các bệnh liên quan tới đường hô hấp trên ở mức từ nhẹ tới trung bình, tương tự như chứng cảm lạnh thông thường.

Các triệu chứng biểu hiện của nhiễm virus corona gồm: chảy nước mũi, ho, đau họng, đau đầu và sốt. Các triệu chứng này có thể kéo dài trong vài ngày. Với những người có hệ miễn dịch yếu, người cao tuổi và trẻ em, có khả năng virus corona còn gây các bệnh liên quan đường hô hấp dưới như viêm phổi hay viêm cuống phổi.

nCoV là bệnh lây qua đường hô hấp. Dấu hiệu của bệnh là sốt, ho, khó thở, biểu hiện như là viêm phổi cấp, càng được chú ý đối với những người đi từ Trung Quốc về hoặc người đi từ vùng dịch về, người có nguy cơ tiếp xúc với người bệnh.

Do đây là bệnh viêm phổi do virus (virus corona chủng mới), thuốc kháng sinh không có tác dụng, các loại thuốc chống virus hiện tại được dùng cho bệnh cúm thông thường cũng không hiệu quả. Cách tốt nhất vẫn là nhập viện theo dõi.

### **2. Virus corona lây ra sao?**

Hiện nay, Trung Quốc đã xác nhận virus corona chủng mới, tức virus gây đại dịch viêm phổi Vũ Hán, có khả năng truyền từ người sang người. Tại Việt Nam, Mỹ, Thái Lan đã có ca lây nhiễm từ người sang người. Tổ chức Y tế thế giới (WHO) đã tuyên bố sự bùng phát chủng virus corona mới (2019-nCoV) từ Trung Quốc là "tình trạng khẩn cấp y tế toàn cầu".

Ở người, virus lây từ người này sang người kia thông qua *tiếp xúc với dịch cơ thể của người bệnh. Tùy thuộc vào mức độ lây lan của chủng virus, việc ho, hắt hơi hay bắt tay có thể khiến người xung quanh bị phơi nhiễm.*

Virus này cũng có thể bị lây từ việc ai đó chạm tay vào một vật mà người bệnh trước đó chạm vào, sau đó đưa lên miệng, mũi, mắt họ. Những người chăm sóc bệnh nhân đôi khi cũng bị phơi nhiễm virus khi xử lý các chất thải của người bệnh, theo Trung tâm Kiểm soát và phòng ngừa dịch bệnh của Mỹ (CDC).

### **3. Điều trị virus corona thế nào?**

Chưa có cách điều trị cụ thể. Trong hầu hết trường hợp, các triệu chứng bệnh sẽ tự hết. Bác sĩ có thể giảm nhẹ các triệu chứng này bằng cách kê thuốc giảm đau hay giảm sốt.

Việc ở phòng có độ ẩm đủ hoặc tắm nước nóng cũng sẽ giúp giảm đau họng và ho.

Người bệnh nên uống nhiều nước, chất lỏng, nghỉ ngơi và ngủ càng nhiều càng tốt. Trong trường hợp các triệu chứng không thuyên giảm mà thậm chí có dấu hiệu nặng hơn, cần tới bác sĩ ngay.

### **4. Thuốc nào có thể chữa?**

Tính đến nay, ít nhất Việt Nam và Trung Quốc đã có trường hợp khỏi bệnh sau khi xét nghiệm dương tính với virus chủng corona mới này. Tuy nhiên, chưa có thuốc đặc trị loại virus corona chủng mới này.

### **5. Các cách phòng bệnh do virus corona ra sao?**

Hiện chưa có vaccine phòng ngừa chủng mới virus corona.

Tuy nhiên, người dân có thể giảm nguy cơ nhiễm bệnh bằng cách tránh tiếp xúc những người bị bệnh. Đeo khẩu trang phòng bệnh. Rửa tay thường xuyên bằng xà phòng và nước trong ít nhất 20 giây. Súc họng bằng nước sát khuẩn miệng để phòng bệnh viêm phổi. Luôn giữ cổ họng ẩm ướt, tốt nhất luôn có 1 chai nước dùng cho cá nhân. Tăng cường cung cấp vitamin c cho cơ thể. Ngủ đủ giấc, không thức khuya dậy sớm tăng cường sức đề kháng cho cơ thể. Vệ sinh cá nhân thường xuyên. Không ôm vai bá cổ, dí sát vào mặt nhau khi nói chuyện.

Nếu bạn là người bệnh, hãy ở nhà và tránh đám đông, tránh tiếp xúc với những người khác. Che miệng khi ho, hắt hơi, tốt nhất bằng khăn để giảm phát tán dịch tiết đường hô hấp. Khử trùng các vật dụng và bề mặt đồ dùng bạn chạm vào để tránh lây bệnh cho người khác.

Trường hợp đã tiếp xúc với người bệnh nhiễm virus corona, nếu có triệu chứng lâm sàng như sốt, ho, khó thở phải đến các cơ sở y tế để được cách ly và xét nghiệm. Nếu không có triệu chứng cũng nên tự cách ly theo dõi ở nhà trong 14 ngày, mang khẩu trang khi tiếp xúc với người khác.

Trên đây là nội dung tuyên truyền phòng chống virut corona. Vì sức khỏe của bản thân, gia đình và cộng đồng, đề nghị toàn thể CB-GV-NV và học sinh nhà trường nghiêm túc chấp hành.

**Nơi nhận :**

- Sở GD&ĐT;
- CB-GV-NV và học sinh;
- Lưu : VT.

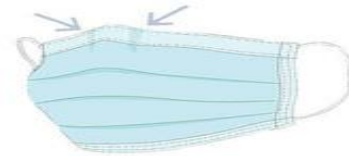
**HIỆU TRƯỞNG**

## Đeo khẩu trang y tế đúng cách để phòng virus nCoV

**Chỉ sử dụng 1 lần** rồi vứt vào thùng rác an toàn, có nắp đậy.



**Khi đeo khẩu trang phải để mặt xanh ra ngoài** do mặt màu xanh có tính chống nước.



**Mặt màu trắng có tính hút ẩm, nên quay vào trong, để hơi thở thoát ra thấm vào khẩu trang.**

**Khẩu trang phải che kín cả mũi lẫn miệng.**



**Khi mang khẩu trang tuyệt đối không sờ tay vào, vì động tác sờ tay sẽ vô tình làm cho bàn tay lây nhiễm vi rút và các tác nhân gây bệnh khác, sau đó truyền bệnh lại cho chính mình và những người xung quanh.**



**Tuyệt đối không dùng tay cầm vào khẩu trang để tháo ra, thói quen lấy tay vo khẩu trang lại sẽ gây lây nhiễm vi rút và các tác nhân gây bệnh khác cho bàn tay.**



**Khi tháo khẩu trang chỉ được cầm vào dây đeo qua tai, tháo ra cho vào thùng rác an toàn.**



**Rửa tay ngay** sau khi tháo bỏ khẩu trang.

