

Bệnh vi-rút Corona (COVID-19)

Tình hình Bệnh vi-rút Corona Mới lạ (COVID-19) đang diễn biến nhanh, do đó, công chúng nên truy cập trang [web](#) về COVID-19 của Sở Y Tế và trang [web](#) của CDC để biết thông tin hiện tại.

1. Triệu chứng điển hình của COVID-19 là gì?

Báo cáo các ca bệnh cho thấy tình trạng các bệnh nhân rất khác nhau, có người chỉ có các triệu chứng nhẹ trong khi những người khác mắc bệnh nghiêm trọng, cần nhập viện, và tử vong. Các triệu chứng bao gồm:

- Sốt
- Ho
- Khó thở

2. Vi-rút lây lan như thế nào?

Giống như những bệnh về đường hô hấp khác, như cúm, vi-rút corona trên người thường lây lan từ một người bị nhiễm xuất hiện các triệu chứng, rồi lây lan sang những người khác thông qua:

- Các giọt nước bắn ra thông qua ho và hắt hơi
- Tiếp xúc gần người, chẳng hạn như chăm sóc một người bị nhiễm
- Chạm vào một vật thể hoặc bề mặt có chứa vi-rút, sau đó sờ vào miệng, mũi, hoặc mắt của mình trước khi rửa tay

3. Làm sao tôi có thể bảo vệ mình khi sử dụng giao thông công cộng?

Như với các bệnh về đường hô hấp khác, có các bước mà mọi người có thể thực hiện mỗi ngày để giảm thiểu rủi ro mắc bệnh hoặc làm người khác nhiễm các loại vi-rút đang lưu hành. Quý vị nên:

- Ở nhà khi quý vị bị ốm.
- Nếu có thể, cố gắng cách xa người có thể bị ốm với triệu chứng ho hoặc sốt với khoảng cách sáu feet.
- Sử dụng một chất khử trùng rửa tay bằng cồn có nồng độ tối thiểu 60% sau khi chạm vào các bề mặt thường cầm nắm như thanh nắm, cửa xoay, tay nắm trên phương tiện giao thông công cộng. Luôn rửa tay nếu thấy tay bẩn.
- Tránh chạm vào mắt, mũi và miệng của quý vị bằng tay chưa rửa.
- Cố gắng sử dụng xe buýt và tàu không vào giờ cao điểm. Hãy đi làm sớm hơn hoặc muộn hơn nếu có thể.
- Khi đi qua cửa xoay, sử dụng hông hoặc mặt ngoài bàn tay của quý vị.

4. Tôi có nên mang khẩu trang khi sử dụng phương tiện giao thông công cộng không?

Không khuyến cáo người khỏe mạnh mang khẩu trang để bảo vệ chính mình khỏi COVID-19, trừ khi chuyên gia y tế khuyến làm như vậy.

5. Tôi có thể làm gì để bảo vệ bản thân?

- Rửa tay thường xuyên sử dụng xà-phòng và nước trong thời gian tối thiểu là 20 giây, đặc biệt là sau khi đi vệ sinh, trước khi ăn và sau khi hắt hơi, ho hoặc sổ mũi.
- Vệ sinh và thường xuyên khử trùng các đồ vật và bề mặt thường chạm vào bằng một loại nước xịt vệ sinh hoặc khăn lau thường dùng trong nhà.
- Dùng một khăn giấy để che miệng khi quý vị ho và hắt hơi, và sau vứt bỏ khăn giấy vào thùng rác. Nếu quý vị không có khăn giấy, hãy dùng tay áo của mình (không dùng tay).
- Tiêm phòng cúm để bảo vệ chống lại bệnh cúm nếu trong mùa này quý vị chưa tiêm.
- Luôn cập nhật thông tin ở các nguồn đáng tin cậy để biết thông tin chính xác về COVID-19.

Bệnh vi-rút Corona (COVID-19)

- Sở Y Tế Công Cộng Los Angeles (LACDPH, Quận)
 - <http://publichealth.lacounty.gov/media/Coronavirus/>
- Sở Y Tế Công Cộng California (CDPH, Tiểu Bang)
 - <https://www.cdph.ca.gov/Programs/CID/DCDC/Pages/Immunization/nCOV2019.aspx>
- Trung Tâm Kiểm Soát và Phòng Ngừa Dịch Bệnh (CDC, Quốc Gia)
 - <http://www.cdc.gov/coronavirus/novel-coronavirus-2019.html>
- Tổ Chức Y Tế Thế Giới (WHO, Quốc Tế)
 - <https://www.who.int/health-topics/coronavirus>

Nếu quý vị có thắc mắc và cần nói với ai, hãy gọi 2-1-1.