

# Vi-rút Corona Mới (COVID-19)

## Sở Y Tế Công Cộng Quận Los Angeles Hướng Dẫn Dành Cho Các Cư Sở Tập Thể

Sở Y Tế Công Cộng Quận Los Angeles (Sở Y Tế Công Cộng) đề nghị quý vị trợ giúp làm chậm lại sự lây lan của chủng vi-rút Corona mới (lạ) (có tên viết tắt là COVID-19) tại Quận Los Angeles. Số lượng người nhiễm chủng vi-rút này đang liên tục tăng. Theo Tổ Chức Y Tế Thế Giới, sự lây lan COVID-19 trên toàn cầu hiện giờ đã đủ điều kiện để trở thành đại dịch. Chúng ta cần hợp tác với nhau để làm chậm sự lây lan của chủng vi-rút này tại địa phương.

Chúng tôi nghiêm túc khuyến cáo tất cả cư sở tập thể đánh giá và cập nhật các kế hoạch khẩn cấp của mình cũng như cân nhắc các cách để tiếp tục thực hiện những dịch vụ thiết yếu nếu phải tạm thời giảm bớt các hoạt động tại chỗ. Chúng tôi muốn cung cấp cho quý vị một số thông tin tổng quan về COVID-19 cũng như những hành động cụ thể mà quý vị nên thực hiện nhằm trợ giúp làm chậm lại sự lây lan của các bệnh truyền nhiễm về đường hô hấp, trong đó có COVID-19.

Mục tiêu của tài liệu này là giúp các cư sở tập thể lập các chiến lược để:

- Ngăn ngừa và giảm bớt sự lây lan của COVID-19 bên trong cư sở của quý vị.
- Ngăn ngừa và giảm bớt sự lây lan của COVID-19 giữa và bên ngoài các cư sở.

Quý vị nên ghé thăm trang web về vi-rút Corona Mới của DPH để tìm hiểu về các tài nguyên, bao gồm Hướng dẫn dành cho Doanh nghiệp và Chủ lao động, Các Câu hỏi Thường gặp và các đề họa thông tin tại:

<http://publichealth.lacounty.gov/media/Coronavirus/>.

### Thông Tin Tổng Quát

#### **Vi-rút Corona mới là gì?**

Vi-rút Corona là một họ vi-rút lớn. Nhiều loại vi-rút trong họ này lây nhiễm giữa các loài động vật, nhưng một số loại vi-rút Corona ở động vật có thể tiến hóa (thay đổi) và lây nhiễm sang người, sau đó lây lan từ người sang người. Đây là điều đã xảy ra với loại vi-rút Corona mới lạ hiện hành. Những căn bệnh do vi-rút Corona gây ra ở người thường khiến người nhiễm vi-rút bị ốm ở mức độ nhẹ đến trung bình, giống như bệnh cảm lạnh thông thường. Có những dạng bệnh, giống như vi-rút SARS hoặc vi-rút MERS, thì gây ra bệnh nhiễm trùng nghiêm trọng như viêm phổi.

#### **Các triệu chứng phổ biến của COVID-19 là gì?**

Các thông tin có được vào thời điểm này thể hiện rằng các triệu chứng của chủng vi-rút mới này giống như một bệnh về đường hô hấp. Các triệu chứng bao gồm:

- Ho
- Sốt
- Thở ngắn hoặc khó thở.

Hầu hết các cá nhân có triệu chứng từ nhẹ đến trung bình có thể được quản lý trong môi trường cư sở tập thể. Tuy nhiên, các cư dân có các triệu chứng nghiêm trọng có thể cần nhập viện để điều trị bệnh. Các triệu chứng nghiêm trọng của COVID-19 bao gồm khó thở nghiêm trọng (không thể nói một số từ tại một thời điểm hoặc không thể đi được một vài bước), liên tục đau ngực, lẫn lộn hoặc không tỉnh táo, môi hoặc mặt xanh xao, thể

# Vi-rút Corona Mới (COVID-19)

## Sở Y Tế Công Cộng Quận Los Angeles Hướng Dẫn Dành Cho Các Cư Sở Tập Thể

trạng yếu, không ăn hoặc uống được trong một ngày trở lên hoặc không thể tự chăm sóc trong môi trường cư sở tập thể.

### Vi-rút Corona lây truyền như thế nào?

Giống như những bệnh về đường hô hấp khác, chẳng hạn như bệnh cúm, vi-rút Corona ở người thường được lây phổ biến nhất là từ một người bị nhiễm xuất hiện các triệu chứng thông qua:

- Các giọt bắn văng ra khi một người bị nhiễm ho hoặc 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 quý vị trước khi rửa tay.

COVID-19 hoàn toàn mới, và chúng tôi đang tìm hiểu thêm từng ngày về cách lây lan của vi-rút cũng như khoảng thời gian mà người bị nhiễm vi-rút sẽ có các triệu chứng bệnh. Chúng tôi sẽ thông báo cho quý vị khi thông tin thay đổi.

Đừng giả định ai đó có rủi ro nhiễm vi-rút corona mới dựa vào chủng tộc/dân tộc hoặc quốc gia của họ.

### Các Bước Để Bảo Vệ Sức Khỏe và An Toàn của Cư Dân và Nhân Viên

#### Ngăn ngừa và giảm bớt sự lây lan COVID-19 bên trong cư sở của quý vị

<p>1. <i>Thực hành và khuyến khích các biện pháp phòng ngừa phổ quát</i></p>	<p><b>Biển Báo</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Treo biển báo cho cư dân và nhân viên về tầm quan trọng của việc rửa tay và khử trùng tay.</li><li>- Cung cấp biển báo và thường xuyên nhắc nhở cư dân thông báo cho nhân viên nếu họ mới bị sốt, ho và/hoặc khó thở.</li></ul> <p><b>Vệ Sinh</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Rửa tay thường xuyên bằng xà-phòng và nước trong thời gian tối thiểu là 20 giây hoặc sử dụng chất khử trùng tay gốc cồn có nồng độ cồn tối thiểu là 60%, đặc biệt là sau khi đi vệ sinh, trước khi ăn và sau khi hắt hơi, ho hoặc sổ mũi.</li><li>- Khi quý vị ho và hắt hơi, hãy sử dụng một khăn giấy và sau đó vứt khăn giấy, đồng thời vệ sinh tay ngay lập tức. Nếu quý vị không có khăn giấy, hãy sử dụng khuỷu tay của mình (không dùng tay).</li><li>- Giảm thiểu tiếp xúc gần và dùng chung các đồ vật như tách, gia cụ, đồ ăn và đồ uống, khi có thể.</li></ul> <p><b>Cách Ly Xã Hội</b> – Khuyến khích cách ly xã hội trên khắp cư sở tập thể bằng cách để cư dân và nhân viên giữ khoảng cách tối thiểu 6 feet với nhau. Tránh bắt tay hoặc ôm ấp.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Bố trí lại các khu vực chung trong cư sở để đảm bảo cư dân không tụ tập.</li></ul>
--	--

# Vi-rút Corona Mới (COVID-19)

## Sở Y Tế Công Cộng Quận Los Angeles Hướng Dẫn Dành Cho Các Cư Sở Tập Thể

	<ul style="list-style-type: none"><li>- Thiết lập các phòng chung sao cho ghế cách xa nhau 6 feet trở lên và quay mặt lại với nhau, đồng thời để dành tiếp cận khăn giấy, chất khử trùng vệ sinh tay và bồn rửa tay sát cạnh để rửa tay.</li><li>- Trong các phòng chung, giường ngủ nên được kê cách nhau tối thiểu 6 feet, khi có thể, và đặt tráo đầu đuôi, đầu giường này đặt cách đầu giường kia càng xa càng tốt.</li><li>- Nên phục vụ bữa ăn theo cách so le hoặc ở khu vực ngoài trời để đảm bảo duy trì cách ly xã hội. Phục vụ bữa ăn cho các nhóm cư dân không đổi ở mỗi bữa ăn để giảm thiểu lây nhiễm chéo.</li><li>- Hạn chế tham quan trong cư sở, chỉ cho phép những nhân viên thiết yếu.</li><li>- Hạn chế việc đi lại của cư dân, chỉ dành cho các chuyến thăm viếng thiết yếu.</li><li>- Hủy toàn bộ các hoạt động nhóm.</li><li>- Tìm hiểu các phương án thay thế, như các khóa học cá nhân hoặc khám sức khỏe từ xa để cho phép cư dân cần các loại dịch vụ này có thể tiếp tục các hoạt động này.</li></ul>
<p>2. <i>Đánh giá cư dân xem họ có các triệu chứng để bắt đầu các giao thức cách ly</i></p>	<p><b>Sàng Lọc Cư Dân Mới</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Đánh giá toàn bộ cư dân mới tại thời điểm đăng ký vào cư sở xem họ có các bệnh đường hô hấp cấp tính, bao gồm các triệu chứng cảm hoặc cúm, cảm thấy sốt hoặc liên tục toát mồ hôi và ớn lạnh, mới bị ho hoặc khó thở hay không.</li><li>- Nếu có thể, hãy đánh giá cư dân mỗi ngày để xem họ có các triệu chứng bệnh mới về đường hô hấp cấp tính không. Nhắc nhở cư dân khai báo mọi triệu chứng bệnh đường hô hấp mới.</li><li>- Nếu có thể, hãy cân nhắc đo thân nhiệt của cư dân sau khi họ đăng ký vào cư sở cũng như đo hàng ngày bằng một nhiệt kế quét hoặc nhiệt kế dùng một lần. Khi có thân nhiệt từ 100.4 độ F trở lên, cư dân sẽ được coi là bị sốt.</li><li>- Do việc xét nghiệm COVID-19 rất hạn chế, hãy đối xử với tất cả cư dân có các triệu chứng giống cảm và cúm như thể họ nhiễm COVID-19 và đảm bảo các biện pháp phòng ngừa cách ly cho cư dân bị ốm trong cư sở tập thể.</li></ul> <p><b>Quy Trình Cách Ly</b> – Khẩn trương di chuyển cư dân bị sốt và có triệu chứng về đường hô hấp vào khu vực hoặc phòng dành riêng cho người bệnh được cách ly khỏi phần còn lại của cư sở (lý tưởng nhất là trong một khu vực có nhà vệ sinh riêng).</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Đặt biển hiệu rõ ràng bên ngoài tất cả khu vực/phòng cách ly cho nhân viên và cư dân để nhận diện rõ các khu vực này nhằm giảm thiểu sự trà trộn của những người có biểu hiện triệu chứng và người không có biểu hiện triệu chứng.</li><li>- <b>Cư Dân Có Biểu Hiện Triệu Chứng</b><ul style="list-style-type: none"><li>o Dành một phòng riêng dành cho người bị ốm, nơi cư dân bị sốt và có các triệu chứng về đường hô hấp có thể được cách ly trong tòa nhà riêng, phòng riêng, hoặc một khu vực riêng.</li><li>o Nên chỉ định một nhà vệ sinh riêng và chỉ để những người có biểu hiện triệu chứng sử dụng nhà vệ sinh đó.</li></ul></li></ul>

# Vi-rút Corona Mới (COVID-19)

## Sở Y Tế Công Cộng Quận Los Angeles Hướng Dẫn Dành Cho Các Cư Sở Tập Thể

- Nếu những cư dân có biểu hiện triệu chứng cần di chuyển trong khắp khu vực có cư dân không có triệu chứng, họ nên đeo khẩu trang phẫu thuật và giảm thiểu thời gian lưu lại các khu vực này.
- Cư dân được xác định là đã tiếp xúc gần với cư dân có biểu hiện triệu chứng cần được cách ly trong vòng 14 ngày.
- Vui lòng xem mục về phơi nhiễm của nhân viên và cư dân để biết định nghĩa của tiếp xúc gần.
- Cư dân có biểu hiện triệu chứng nên được phục vụ các bữa ăn riêng, cách ly với các cư dân không có biểu hiện triệu chứng.
- Nên sử dụng màng chắn di động (hoặc các cách khác để tạo thành vách ngăn – như khăn trải giường, v.v.) để khuyến khích việc tuân thủ trong các khu vực cách ly.
- Nhân viên có thể ngừng cách ly một cư dân khi cư dân đó đáp ứng cả hai điều kiện sau:
  - Tối thiểu 3 ngày (72 giờ) đã trôi qua kể từ khi hồi phục có nghĩa là cơn sốt dứt mà không cần sử dụng thuốc hạ sốt và các triệu chứng về đường hô hấp (ví dụ: ho, khó thở) đã được cải thiện; **VÀ** tối thiểu 7 ngày đã trôi qua kể từ khi xuất hiện triệu chứng đầu tiên.
- Nhân viên nên giữ nhật ký cách ly của tất cả cư dân để theo dõi các triệu chứng và quyết định chấm dứt cách ly.
- Khuyến khích cư dân có nguy cơ cao gọi điện cho nhà cung cấp sức khỏe ban đầu (PCP) của họ (nếu có) khi triệu chứng của họ xấu đi, hoặc thông báo cho nhân viên để gọi 911. Khi gọi 911, nhân viên nên thông báo cho điều phối viên rằng cư dân này có các triệu chứng COVID-19 nghiêm trọng.
- ii. Giảm thiểu số lượng nhân viên có tương tác mặt đối mặt với cư dân có biểu hiện các triệu chứng về đường hô hấp. Cung cấp hướng dẫn để ngăn ngừa dịch bệnh lây lan.
- iii. Nếu nhân viên phải xử lý đồ đạc của cư dân, họ nên sử dụng găng tay dùng một lần.
- **Cách Ly Cư Dân Không Có Biểu Hiện Triệu Chứng**
  - Dành riêng một khu vực để cư dân không có biểu hiện triệu chứng đã phơi nhiễm với một cư dân có biểu hiện triệu chứng và cần cách ly họ trong vòng 14 ngày.
- **Cư Dân Không Có Biểu Hiện Triệu Chứng nhưng Có Nguy Cơ Cao**
  - Nếu có thể, hãy dành riêng một khu vực cho cư dân không có biểu hiện triệu chứng nhưng đồng thời có nguy cơ cao (tuổi trên 50, có vấn đề y tế mãn tính, mang thai). Khu vực này nên tách biệt với các khu vực cư dân không có biểu hiện triệu chứng và có nguy cơ thấp, khu vực cách ly cư dân không có biểu hiện triệu chứng và cư dân có biểu hiện triệu chứng.
  - Cân nhắc đưa cư dân có nguy cơ cao vào phòng riêng hoặc dùng chung phòng với ít bạn cùng phòng hơn.

Hãy thông báo cho Sở Y Tế Công Cộng Quận Los Angeles theo số điện thoại 213-240-7941 vào ban ngày hoặc số (213) 974-1234 (Tổng Đài Khẩn Cấp Sau Giờ Làm Việc) nếu từ hai cư

# Vi-rút Corona Mới (COVID-19)

## Sở Y Tế Công Cộng Quận Los Angeles Hướng Dẫn Dành Cho Các Cư Sở Tập Thể

	dân hoặc nhân viên trở lên đã từng có tiếp xúc gần có biểu hiện bệnh đường hô hấp cấp tính trong vòng 72 giờ.
3. Nhân viên bị ốm nên ở nhà cho đến khi họ khởi hẳn và quay lại làm việc	<b>Nhân Viên Có Biểu Hiện Triệu Chứng</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Nhân viên nên theo dõi hàng ngày các triệu chứng của mình và khuyến khích nhân viên về nhà khi họ cảm thấy mệt.</li><li>- Triển khai hướng dẫn cách ly và đưa vào thực hiện các chính sách rõ ràng về thời điểm mà nhân viên bị ốm có thể quay lại làm việc:<ul style="list-style-type: none"><li>o Nhân viên có triệu chứng COVID-19 (bệnh đường hô hấp cấp tính) nên được hướng dẫn về nhà và tự cách ly.</li><li>o Cung cấp cho nhân viên <a href="#">các hướng dẫn cách ly tại nhà</a> và khuyến khích họ thông báo cho bên cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe của mình nếu các triệu chứng xấu đi và khi cần thiết.</li><li>o Nhân viên có biểu hiện triệu chứng và được yêu cầu tự chăm sóc ở nhà có thể ngừng cách ly tại nhà khi đáp ứng cả hai điều kiện sau:<ul style="list-style-type: none"><li>➢ Tối thiểu 3 ngày (72 giờ) đã trôi qua kể từ khi hồi phục, có nghĩa là cơn sốt đã dứt mà không cần sử dụng thuốc hạ sốt và các triệu chứng về đường hô hấp (ví dụ: ho, khó thở) đã được cải thiện; <b>VÀ</b> tối thiểu 7 ngày đã trôi qua kể từ khi xuất hiện triệu chứng đầu tiên</li></ul></li></ul></li></ul>
4. Người có tiếp xúc với nhân viên bị ốm nên ở nhà cho đến khi họ khởi hẳn và quay lại làm việc	<b>Phơi Nhiễm Tiềm Tàng của Nhân Viên hoặc Cư Dân</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Nếu nhân viên hoặc cư dân được xác định là bị ốm với các triệu chứng COVID-19 (dù họ đã được xác nhận nhiễm COVID-19 hay có biểu hiện triệu chứng nhưng chưa được xác nhận nhiễm), quý vị sẽ cần xác định tất cả nhân viên và cư dân có thể đã từng tiếp xúc gần với người ốm để có thể đưa những người có tiếp xúc gần này đi cách ly.<ul style="list-style-type: none"><li>o Người có tiếp xúc gần là bất kỳ người nào tiếp xúc thân mật cũng như tất cả những người ở gần trong vòng 6 feet với người bị ốm trong thời gian hơn 10 phút, bắt đầu từ 48 giờ trước khi bắt đầu có triệu chứng cho đến khi kết thúc giai đoạn cách ly của họ. Ngoài ra, bất kỳ ai đã từng tiếp xúc với dịch tiết cơ thể và/hoặc chất bài tiết của người bị ốm (chẳng hạn như bị ho vào/bị hắt hơi vào, dùng chung dụng cụ hoặc nước bọt hoặc thực hiện chăm sóc người ốm mà không mặc đồ bảo hộ) cần cách ly.</li><li>o Trong những thời điểm cực kỳ thiếu nhân lực, nhân viên đã từng phơi nhiễm nhưng không có biểu hiện triệu chứng có thể tiếp tục làm việc, miễn là họ đeo khẩu trang phẫu thuật trong vòng 14 ngày. Nhân viên đã từng phơi nhiễm nhưng không có biểu hiện triệu chứng và tiếp tục làm việc nên tự theo dõi các triệu chứng COVID-19 hai lần mỗi ngày, một lần trước khi tới nơi làm việc và lần thứ hai, lý tưởng nhất là 12 giờ sau đó.</li></ul></li></ul>
5. Các bước cần thực hiện nếu phát hiện một ca dương tính	<ul style="list-style-type: none"><li>- Đưa vào thực hiện kế hoạch khẩn cấp của quý vị, để bảo vệ nhân viên và cư dân của quý vị.</li><li>- Nếu quý vị xác định bất kỳ cư dân nào có các triệu chứng nghiêm trọng, hãy gọi 911. Trước khi chuyển cư dân đó đi, hãy thông báo cho nhóm vận chuyển và cơ sở y tế nếu cư dân đó bị nghi nhiễm COVID-19. Các triệu chứng nghiêm trọng bao gồm:<ul style="list-style-type: none"><li>o Cực kỳ khó thở (không thể nói nếu không thở hỗn hển để lấy không khí)</li></ul></li></ul>

# Vi-rút Corona Mới (COVID-19)

## Sở Y Tế Công Cộng Quận Los Angeles Hướng Dẫn Dành Cho Các Cư Sở Tập Thể

<p>với COVID-19 trở lên trong môi trường tiểu khu của cư sở</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>○ Môi hoặc mặt xanh xao</li><li>○ Liên tục đau hoặc tức ngực</li><li>○ Liên tục chóng mặt hoặc lâng lâng nghiêm trọng</li><li>○ Mới bị lẫn lộn hoặc không thể tỉnh táo</li><li>○ Mới bị động kinh không dừng lại</li></ul> <ul style="list-style-type: none"><li>- Khi ở cạnh cư dân trong vòng 6 feet, nhân viên nên đeo khẩu trang phẫu thuật.</li><li>- Đăng thông tin và luôn thông tin cho nhân viên và cư dân của quý vị về các khuyến cáo của sở y tế công cộng để ngăn ngừa dịch bệnh lây lan và về các thay đổi dịch vụ có thể liên quan đến đợt bùng phát.</li><li>- Đảm bảo rằng tất cả khu vực chung bên trong cư sở đều làm theo các biện pháp thực hành vệ sinh môi trường thường xuyên và hiệu quả.</li><li>- Đối với ca nhiễm COVID-19 đầu tiên, một Y Tá của Sở Y Tế Công Cộng (PHN) sẽ tư vấn về các biện pháp bổ sung để cách ly và để sàng lọc người có tiếp xúc gần. Để khai báo ca được xác nhận nhiễm COVID-19, hãy gọi Chương Trình Bệnh Truyền Nhiễm Cấp Tính theo số (213)-240-7941 trong thời gian ban ngày hoặc (213) 974-1234 (Tổng Đài Khẩn Cấp Sau Giờ Làm Việc).</li><li>- Các Chuyên Gia Sức Khỏe Môi Trường có thể thăm hiện trường để tư vấn và cung cấp hỗ trợ kỹ thuật về thực hành vệ sinh môi trường. Quý vị có thể yêu cầu một Chuyên Gia Sức Khỏe Môi Trường khi gọi đến Chương Trình Sức Khỏe Môi Trường theo số (626) 430-5201.</li></ul>
<p>6. Đảm bảo nhân viên mặc đồ bảo hộ cá nhân khi được yêu cầu</p>	<p><b>Thiết Bị Bảo Hộ Cá Nhân cho Nhân Viên</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Nhân viên tương tác với người có biểu hiện triệu chứng nên cung cấp khẩu trang phẫu thuật cho cư dân và tự đeo khẩu trang phẫu thuật trong khi tiếp xúc gần với cư dân.</li><li>- Đảm bảo rằng tất cả nhân viên vệ sinh tay, bao gồm trước và sau khi tiếp xúc với cư dân, sau khi tiếp xúc với các bề mặt hoặc thiết bị nhiễm bẩn và sau khi tháo bỏ các dụng cụ như găng tay, áo choàng và khẩu trang phẫu thuật.</li></ul> <p><b>Các Hoạt Động Điều Dưỡng (Đối với các cư sở cung cấp dịch vụ này)</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Đeo găng tay dùng một lần cho tất cả các hoạt động điều dưỡng và hoạt động vệ sinh chung, đặc biệt nếu quý vị có thể có tiếp xúc với máu, dịch tiết cơ thể, chất bài tiết, da không lành lặn, hoặc các bề mặt hoặc khăn trải giường nhiễm bẩn với máu hoặc các vật liệu lây nhiễm khác. Bỏ găng tay sau khi sử dụng, không được tái sử dụng.</li><li>- Nếu cư dân mắc bệnh về đường hô hấp, hãy đeo khẩu trang phẫu thuật dùng một lần trong các hoạt động điều dưỡng. Đảm bảo cũng đeo khẩu trang cho cư dân trong khi thực hiện các hoạt động này. Bỏ khẩu trang sau khi sử dụng, không được tái sử dụng.</li><li>- Khi tháo găng tay và khẩu trang, trước tiên hãy tháo và bỏ găng tay. Sau đó ngay lập tức rửa tay của quý vị bằng xà-phòng và nước trong thời gian tối thiểu là 20 giây hoặc sử dụng một chất khử trùng rửa tay bằng cồn. Tiếp theo, tháo và vứt khẩu trang, sau đó ngay lập tức rửa lại tay bằng xà-phòng và nước hoặc sử dụng chất khử trùng rửa tay bằng cồn.</li></ul>

# Vi-rút Corona Mới (COVID-19)

## Sở Y Tế Công Cộng Quận Los Angeles Hướng Dẫn Dành Cho Các Cư Sở Tập Thể

	<ul style="list-style-type: none"><li>- Cân nhắc sử dụng áo choàng hoặc tạp dề nhựa có thể tái sử dụng hoặc giặt được và khử trùng giữa các lần sử dụng cho (1) các hoạt động điều dưỡng khi dự kiến có thể có nước bắn và nước phun và/hoặc (2) các hoạt động chăm sóc tiếp xúc cao, bao gồm tắm, là các hoạt động có thể chuyển mầm bệnh vào tay và trang phục của điều dưỡng viên.</li><li>- Khi có thể, hãy cân nhắc cho cư dân có các triệu chứng bệnh về đường hô hấp tắm trên giường để tránh nước bắn và khiến khẩu trang bị ướt.</li><li>- Đóng nắp bồn cầu hoặc ghế có lỗ trước khi xả nước để tránh nước phun hoặc nước bắn.</li><li>- Nếu hỗ trợ cư dân khi dùng bữa, hãy rửa tay trước khi chuẩn bị bữa ăn và đeo trang bị bảo hộ thích hợp, bao gồm găng tay và khẩu trang nếu bệnh nhân bị ốm trong khi dùng bữa.</li><li>- Đeo găng tay khi rửa dụng cụ và rửa tay sau khi tháo găng tay.</li></ul>
<p>7. Đưa vào thực hiện các biện pháp thực hành tốt nhất về vệ sinh và dọn dẹp</p>	<p><b>Thực Hành Vệ Sinh và Dọn Dẹp Tốt Nhất</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- <b>Vật tư</b><ul style="list-style-type: none"><li>o Cung cấp đủ vật tư để vệ sinh sạch sẽ, bao gồm tiếp cận dễ dàng đến các bồn rửa tay sạch sẽ và đầy đủ chức năng, xà-phòng, khăn lau tay bằng giấy, và chất khử trùng rửa tay bằng cồn (đặc biệt gần khu vực thực phẩm và nhà vệ sinh).</li><li>o Bồn rửa tay (bồn có xà-phòng diệt khuẩn và sản phẩm gel có chứa cồn) nên sẵn sàng sử dụng trong khắp cư sở, đặc biệt là ở lối vào cư sở.</li><li>o Đảm bảo có sẵn khăn giấy và tất cả bồn rửa tay có đầy đủ xà-phòng và khăn lau tay bằng giấy để rửa tay.<ul style="list-style-type: none"><li>➢ Giáo dục và nhắc nhở cư dân tiến hành vệ sinh tay đúng cách suốt cả ngày, đặc biệt sau khi sử dụng nhà vệ sinh và trước khi dùng bữa.</li></ul></li><li>o Đặt thùng rác gần lối ra bên trong bất kỳ phòng cư dân nào để khiến nhân viên dễ dàng vứt các đồ vật như găng tay, khẩu trang phẫu thuật, áo choàng.</li></ul></li><li>- <b>Thực Hành Vệ Sinh</b><ul style="list-style-type: none"><li>o Vệ sinh và khử trùng định kỳ và hiệu quả tất cả các bề mặt và đồ vật thường xuyên chạm vào như tay nắm cửa, lan can, mặt quầy bếp, tay cầm vòi nước và điện thoại.</li><li>o Nên thực hiện vệ sinh môi trường với chất khử trùng chăm sóc sức khỏe được EPA phê duyệt tuân thủ với khuyến cáo về thời gian tiếp xúc ướt. <i>Tham khảo: Thư gửi Tất cả các Cư sở của Sở Y Tế Công Cộng California về Kiểm Soát Lây Nhiễm Môi Trường đối với Dịch Vi-rút Corona 2019 (COVID-19) (19/02/20)</i><ul style="list-style-type: none"><li>➢ Nếu không có sẵn chất khử trùng được đăng ký với EPA, quý vị có thể tự mình tạo ra chất khử trùng bằng cách hòa 1 thìa canh dung dịch chất tẩy rửa có chứa 2% chlorine trong một lít Anh nước. Nếu không có sẵn chất khử trùng được đăng ký với EPA, hãy sử dụng dung dịch chất tẩy rửa có chứa chlorine (xấp xỉ 4 thìa cà phê chất tẩy rửa trong 1 lít Anh nước hoặc 5 thìa cà phê (1/3 cốc) chất tẩy rửa trong một ga-lông nước). Chuẩn bị dung dịch chất tẩy rửa mỗi ngày hoặc khi cần. Quý vị có thể sử dụng que thử để kiểm tra xem dung dịch có đủ mạnh</li></ul></li></ul></li></ul>

# Vi-rút Corona Mới (COVID-19)

## Sở Y Tế Công Cộng Quận Los Angeles Hướng Dẫn Dành Cho Các Cư Sở Tập Thể

hay không.

- Có thể sử dụng chất tẩy rửa bằng cồn nếu nồng độ cồn > 70% và thời gian tiếp xúc tuân theo hướng dẫn trên nhãn sản phẩm.
- Khăn trải giường, dụng cụ ăn uống và bát đĩa của người ốm không cần vệ sinh riêng, nhưng không nên dùng chung mà không rửa kỹ. Hướng dẫn nhân viên vệ sinh tránh “ôm” đồ giặt là trước khi giặt để tránh tự làm mình lây nhiễm. Hướng dẫn nhân viên vệ sinh rửa tay họ bằng xà-phòng và nước hoặc chất khử trùng rửa tay bằng cồn ngay lập tức sau khi xử lý đồ giặt là bị nhiễm bẩn.

### Ngăn ngừa và giảm bớt sự lây lan COVID-19 giữa các cư sở

#### Đi lại

- Hạn chế chỉ cho phép các cư dân đi lại với mục đích thiết yếu. Đi lại không thiết yếu nên hoãn hoặc hủy.
- Khi cần vận chuyển cư dân có biểu hiện triệu chứng:
  - o KHÔNG nên vận chuyển cư dân có biểu hiện triệu chứng cùng với cư dân không có biểu hiện triệu chứng.
  - o Để cư dân có biểu hiện triệu chứng đeo khẩu trang phẫu thuật.
  - o Tránh vận chuyển nhiều cư dân có biểu hiện triệu chứng cùng nhau. Khi cần vận chuyển đồng thời nhiều cư dân có biểu hiện triệu chứng, nên thực hành cách ly xã hội thích hợp (> 6 feet) cho cư dân và lái xe. Nên đặt cư dân ngồi ở phía đối diện của phương tiện so với lái xe, trên ghế xa nhất tính từ ghế lái xe.
  - o Nên kéo cửa sổ phương tiện xuống để cải thiện thông gió trên xe.
  - o Bên ngoài phương tiện vận chuyển nên che vải phủ có thể vệ sinh và khử trùng thích hợp sau mỗi lần vận chuyển.
  - o Mang theo các vật tư để thực hành vệ sinh sạch sẽ, như khăn giấy, thùng rác hoặc túi rác để vứt khăn giấy đã qua sử dụng và chất khử trùng rửa tay bằng cồn.
  - o Nếu quý vị có kế hoạch chuyển cư dân lên cấp chăm sóc cao hơn do tình trạng đường hô hấp xấu đi, hãy thông báo cho EMS hoặc bên vận chuyển khác rằng cư dân bị lây nhiễm bệnh đường hô hấp chưa được chẩn đoán.
- **Hướng dẫn cho Lái Xe**
  - o Lái xe chở cư dân có biểu hiện triệu chứng nên thực hiện các biện pháp phòng ngừa thích hợp, bao gồm đeo thiết bị bảo hộ cá nhân, như khẩu trang phẫu thuật.

#### Khai Báo Nhiều Trường Hợp Cư Dân hoặc Nhân Viên Có Biểu Hiện Triệu Chứng

- Nếu trong cư sở của quý vị có hơn 2 cư dân mới bị ốm với các triệu chứng sốt và bệnh đường hô hấp trong vòng 3 ngày (72 giờ), hãy thông báo cho Sở Y Tế Công Cộng Quận Los Angeles theo số 213-240-7941 vào ban ngày hoặc số (213) 974-1234 (Tổng Đài Khẩn Cấp Sau Giờ Làm Việc).
- Cân nhắc chuyển cư dân có biểu hiện triệu chứng không thể tự cách ly trong khi bị ốm lên cơ sở cách ly của OEM. Hãy gọi đường dây giới thiệu của DPH theo số 833-596-1009.



# Vi-rút Corona Mới (COVID-19)

## Sở Y Tế Công Cộng Quận Los Angeles Hướng Dẫn Dành Cho Các Cư Sở Tập Thể

### Các Nguồn Tài Nguyên Khác

- Trang web về vi-rút Corona của LAC DPH: <http://www.ph.lacounty.gov/media/Coronavirus/>
- Mạng Lưới Cảnh Báo Sức Khỏe Los Angeles: Sở Y Tế Công Cộng (DPH) gửi email về các tài liệu ưu tiên cho các chuyên gia chăm sóc sức khỏe thông qua LAHAN. Các chủ đề bao gồm các đợt bùng phát dịch bệnh địa phương hoặc quốc gia và các nguy cơ sức khỏe mới nổi.  
<http://publichealth.lacounty.gov/lahan/>
- [Các Câu Hỏi Thường Gặp](#)
- [Điều Quý Vị Cần Biết \(Đồ họa\)](#)
- [Sức Khỏe Môi Trường \(Đồ họa\)](#)
- [Sức Khỏe Tâm Thần](#)
- [Ở Nhà Nếu Quý Vị Bị Ốm – Áp Phích](#)
- [Rửa Tay](#)
- [Cần Làm Gì Nếu Tôi Bị Phơi Nhiễm](#)

Nếu quý vị có thắc mắc và muốn được trao đổi, hãy gọi đường dây Thông Tin của Quận Los Angeles theo số 2-1-1. Đường dây này hoạt động 24 giờ một ngày.

Chúng tôi đánh giá cao sự cam kết và tận tụy của quý vị để góp phần giữ cho Quận Los Angeles luôn luôn khỏe mạnh.