

# Cảnh giác tối đa biến chủng Omicron !

## Thực hiện **triệt để** các biện pháp phòng chống lây nhiễm !

Trong tỉnh Hyogo, đã xác nhận ca lây nhiễm “biến chủng Omicron” với khả năng lây nhiễm cực mạnh trong cộng đồng.

Chúng ta đang bước vào mùa bùng phát dịch cúm và mùa gia tăng cơ hội để mọi người tụ tập, chúng ta phải đề cao cảnh giác để phòng việc lây nhiễm lan rộng, chúng tôi đề nghị Quý vị thực hiện **triệt để** hơn nữa các biện pháp phòng chống lây nhiễm như đeo khẩu trang, thông gió, v.v.

### 1. Triệt để các biện pháp phòng chống lây nhiễm cơ bản

- Thực hiện **triệt để** các biện pháp phòng chống lây nhiễm cơ bản trong sinh hoạt hàng ngày như đeo khẩu trang (khuyến khích đeo khẩu trang y tế), rửa tay, khử trùng tay và ngón tay, tránh 3 mật (đóng kín, tập trung đông đúc, tiếp xúc gần), đảm bảo khoảng cách giữa mọi người, **thông gió**, v.v.
- Khi ra ngoài, hãy **tránh** những nơi hay thời điểm đông người, hành động với số lượng ít người.
- Thực hiện **triệt để** các biện pháp chống lây nhiễm tại nhà như rửa tay và khử trùng tay sau khi trở về nhà, quản lý sức khỏe gia đình, v.v.
- Trường hợp cảm thấy không khỏe, hãy gọi cho cơ sở y tế ngay lập tức để được thăm khám.
- Người nào cảm thấy bất an về việc lây nhiễm, hãy làm xét nghiệm PCR miễn phí.

### 2. Tránh các hành động có nguy cơ lây nhiễm cao

- Đây là mùa tăng thêm cơ hội ăn uống tiệc tùng như tiệc mừng năm mới, các buổi họp lớp, họ bạn cũ khi về quê, v.v.  
Khi ăn uống tiệc tùng không được ngồi quá 4 người một bàn, chỉ ngồi ăn trong khoảng 2 tiếng, và phải thực hiện **triệt để** việc đeo khẩu trang khi trò chuyện.
- Hãy ngừng sử dụng các cửa hàng ăn uống, quán karaoke, v.v. không thực hiện **triệt để** các biện pháp phòng chống lây nhiễm.
- Những cơ sở thu hút đông khách đến sử dụng thì hãy thực hiện **triệt để** các biện pháp phòng chống lây nhiễm bằng cách điều chỉnh lượng người vào cửa, người vào cửa phải đeo khẩu trang, lắp đặt thiết bị khử trùng tay và ngón tay, v.v.
- Trường hợp có các triệu chứng phát sốt, v.v. hãy hạn chế về quê, du lịch, tham gia sự kiện, v.v.

### 3. Tích cực tiêm vắc xin

- Tiêm vắc xin cho lần 3 sẽ bắt đầu theo trình tự. Mong nhiều người hãy tiếp tục tích cực tham gia tiêm chủng.
- Ngay cả sau khi tiêm chủng cũng phải thực hiện **triệt để** các biện pháp phòng chống lây nhiễm cơ bản như đeo khẩu trang, thông gió, khử trùng bàn tay và ngón tay, v.v.