

# Triệt để thực hiện các biện pháp ngăn ngừa lây lan cơ bản và tích cực tiêm vắc-xin khi dịp lễ năm mới đang đến gần

Ngày 21 tháng 12 năm 2022

Số ca nhiễm mới virus Corona chủng mới tiếp tục gia tăng và có thể sẽ hoành hành cùng lúc với đợt cúm mùa influenza. Trong dịp lễ năm mới, mọi người sẽ tiếp xúc với nhau nhiều hơn, đặc biệt là thời điểm về quê, v.v... Bên cạnh việc triệt để thực hiện các biện pháp ngăn ngừa lây lan cơ bản và tích cực tiêm vắc-xin, hãy tích cực sử dụng bộ kit xét nghiệm hoặc đi xét nghiệm tại các điểm xét nghiệm miễn phí khi về quê hoặc đi du lịch.

## 1. Triệt để thực hiện các biện pháp ngăn ngừa lây lan cơ bản

- Khi dịp lễ năm mới đang đến gần, xin nhắc lại, vui lòng thực hiện triệt để các biện pháp ngăn ngừa lây lan cơ bản như tránh “3 mật”, đeo khẩu trang thích hợp, rửa tay, khử trùng tay và ngón tay, thông khí một cách hiệu quả, v.v... Hãy thường xuyên thông khí ngay cả khi sử dụng máy sưởi.
- Vui lòng dự trữ bộ kit xét nghiệm, thực phẩm, thuốc thường dùng, v.v... để phòng khi cảm thấy không khỏe.
- Khi nói chuyện với người thân và bạn bè sau khi về quê, vui lòng thực hiện các biện pháp ngăn ngừa lây lan như đeo khẩu trang thích hợp, v.v...
- Nếu có các triệu chứng như cảm lạnh, v.v..., vui lòng hoãn về quê và không tham gia các cuộc gặp gỡ như tụ tập bạn bè, v.v..., đồng thời kêu gọi người tổ chức cuộc gặp gỡ, v.v... làm theo các biện pháp trên.

## 2. Tích cực tiêm vắc-xin và sử dụng bộ kit xét nghiệm hoặc đi xét nghiệm tại điểm xét nghiệm miễn phí

- Vui lòng tích cực tiêm vắc-xin phòng biến thể Omicron. Đặc biệt, những đối tượng có nguy cơ cao trở nặng như người lớn tuổi và người có bệnh nền, v.v... vui lòng cân nhắc tiêm phòng sớm.
- Bên cạnh đó, vui lòng tích cực tiêm vắc-xin cúm mùa influenza, vắc-xin này có thể được tiêm cùng lúc với vắc-xin virus Corona chủng mới.
- Khi về quê hoặc đi du lịch, v.v... trong dịp lễ năm mới, bạn có thể sẽ tiếp xúc với những người có nguy cơ cao, đặc biệt là người thân lớn tuổi, v.v..., vì thế hãy tích cực sử dụng bộ kit xét nghiệm hoặc đi xét nghiệm tại các điểm xét nghiệm miễn phí.

## 3. Hợp tác ưu tiên những ca nặng để bảo vệ trọng điểm là hệ thống y tế

- Trường hợp cảm thấy không khỏe như bị sốt, v.v..., nếu bạn là người có ít nguy cơ bị trở nặng (những người không thuộc nhóm người lớn tuổi, người có bệnh nền, phụ nữ mang thai, trẻ em dưới độ tuổi tiểu học), vui lòng hợp tác tự xét nghiệm và tự điều trị.
- Nếu bạn có các triệu chứng và thuộc nhóm ít có nguy cơ bị trở nặng, vui lòng sử dụng dự án cung cấp bộ kit xét nghiệm kháng nguyên.
- Để việc theo dõi như tư vấn sức khỏe, v.v... diễn ra suôn sẻ, những người không thuộc đối tượng phải nộp khai báo nhiễm bệnh hoặc những người tự điều trị dưỡng bệnh vui lòng hợp tác đăng ký với Trung tâm hỗ trợ đăng ký dành cho người bị dương tính.

[Tham khảo: Chuẩn bị đối phó đồng thời với dịch influenza và virus Corona chủng mới vào mùa đông này (trang web của tỉnh Hyogo)]



Tỉnh Hyogo