

Tờ Thông Tin Về Sức Khỏe
Lưu hành 1 Tháng Tư 2020

Bệnh virus corona (COVID-19)

Bệnh virus corona là gì?

Một loại virus corona mới đã được phát hiện vào cuối năm 2019. Loại virus này có thể gây ra một bệnh hô hấp nghiêm trọng gọi là bệnh virus corona (COVID-19).

Các triệu chứng phổ biến nhất bao gồm sốt và các triệu chứng hô hấp như ho, khó thở và đau họng. Đối với nhiều người, COVID-19 chỉ gây ra các triệu chứng nhẹ. Một số người như trẻ em và thanh niên thường không có triệu chứng. Nhưng một số người có nhiều nguy cơ bị các triệu chứng nghiêm trọng hơn. Đó là những người già và người có bệnh từ trước.

Bệnh lây lan như thế nào?

Virus lây lan qua tiếp xúc gần với một người trong khi họ đang lây nhiễm. Mọi người bắt đầu trở nên lây nhiễm 24 giờ trước khi xuất hiện các triệu chứng và vẫn lây nhiễm cho đến khi các triệu chứng chấm dứt. Tiếp xúc gần được định nghĩa là:

- Hơn 15 phút tiếp xúc trực tiếp hoặc
- Dành hai giờ trở lên trong cùng một căn phòng
- Sống trong cùng một gia đình hoặc giống như gia đình
- Tiếp xúc trực tiếp với các chất dịch cơ thể hoặc mẫu phẩm phòng xét nghiệm của một trường hợp bệnh đã xác nhận
- Ngồi trong phạm vi hai hàng ghế máy bay với một trường hợp bệnh đã xác nhận

Bác sĩ gia đình của tôi sẽ làm gì bây giờ?

Bác sĩ gia đình của quý vị sẽ quyết định nếu quý vị cần làm xét nghiệm. Hiện có các tiêu chí nghiêm ngặt để xét nghiệm COVID-19. Kể từ 24 Tháng Ba 2020, Bộ Y Tế NSW khuyến cáo nên xét nghiệm bất kỳ người nào sống ở phía tây nam Sydney bị:

- Sốt hiện tại hoặc gần đây (nhiệt độ từ 38°C trở lên), hoặc
- Nhiễm trùng đường hô hấp cấp tính (ho, khó thở, đau họng)

Nếu quý vị xét nghiệm dương tính với COVID-19, quý vị sẽ được thông báo bởi bác sĩ gia đình của quý vị hoặc bởi một bác sĩ lâm sàng của y tế khu vực địa phương.

Điều gì sẽ xảy ra nếu tôi xét nghiệm dương tính?

Việc chăm sóc cho quý vị có thể được cung cấp bởi bác sĩ gia đình của quý vị hoặc một người nào đó từ y tế khu vực địa phương. Họ sẽ liên lạc thường xuyên với quý vị để theo dõi các triệu chứng của quý vị. Điều này có thể được thực hiện bằng cách sử dụng telehealth (nói chuyện qua internet hoặc điện thoại thay vì gặp mặt trực tiếp).

Hầu hết mọi người có thể được quản lý tại nhà và sẽ cần phải **tự cách ly** để tránh lây nhiễm cho người khác. Nếu quý vị có các triệu chứng nghiêm trọng, quý vị có thể cần phải được quản lý tại bệnh viện.

Quý vị sẽ được thông báo khi không còn cần phải tự cách ly nữa. Việc này thường kéo dài trong 14 ngày. Sau thời gian này các triệu chứng của quý vị thường sẽ biến mất. Nếu quý vị bị nhiễm bệnh nặng, quý vị có thể cần cách ly lâu hơn. Đơn Vị Y Tế địa phương của quý vị sẽ tổ chức truy nguyên lịch sử tiếp xúc.

Chúng ta làm chậm virus lại như thế nào?

Tự cách ly đối với những người xét nghiệm dương tính

Có nghĩa là không tiếp xúc với người khác cho đến khi những triệu chứng của quý vị đã hết.

Truy nguyên lịch sử tiếp xúc

Tìm hiểu làm thế nào một người bị nhiễm bệnh và xét nghiệm những người có tiếp xúc gần để ngăn chặn virus lây lan hơn

Bảo vệ chính chúng ta
Bằng giãn cách xã hội và kiểm soát lây nhiễm để giảm nguy cơ nhiễm virus

Khi nào tôi nên gọi xe cấp cứu?



Hãy gọi Ba Số 0 (000) nếu các triệu chứng của quý vị trở nên nghiêm trọng (ví dụ khó thở khi nghỉ ngơi hoặc hô hấp khó khăn)

Virus corona (COVID-19)

Tôi có thể làm gì?

Nếu quý vị bị sốt hoặc có các triệu chứng nhiễm trùng đường hô hấp cấp tính (ho, khó thở, đau họng), hãy gọi cho bác sĩ gia đình của quý vị để xem quý vị có cần xét nghiệm không. **Đừng đến phòng mạch của bác sĩ gia đình mà không gọi trước.** Bác sĩ gia đình của quý vị có thể gặp quý vị bằng cách sử dụng telehealth để giảm nguy cơ lây nhiễm cho người khác.

Nếu quý vị xét nghiệm dương tính, điều quan trọng là quý vị làm theo lời khuyên của bác sĩ gia đình. Điều quan trọng là phải **tự cách ly** để ngăn chặn sự lây lan của COVID-19 sang người khác. Nếu quý vị phải đi đến một cuộc hẹn y tế, hãy làm theo các biện pháp phòng ngừa để giảm nguy cơ lây nhiễm cho người khác.

Điều quan trọng là phải chích ngừa cúm cho dù quý vị đã xét nghiệm dương tính với COVID-19 hay không. Giảm nguy cơ mắc bệnh cúm giúp cả sức khỏe tổng thể của quý vị và hệ thống y tế của chúng ta.

Tất cả chúng ta đều có một phần để đóng góp làm chậm sự lây lan của COVID-19. Hãy sử dụng các phương pháp **kiểm soát lây nhiễm** thích hợp. Hãy thực hành **giãn cách xã hội** và chỉ đi ra ngoài khi cần thiết, chẳng hạn như đi làm, mua thực phẩm, vv.



Những câu hỏi tôi có thể hỏi bác sĩ của mình?

- | | |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> Tôi có nên đi xét nghiệm? | <input type="checkbox"/> Tôi có thể nói chuyện với ai để được trợ giúp? |
| <input type="checkbox"/> Tôi có thể đi xét nghiệm ở đâu? | <input type="checkbox"/> Tôi có thể làm gì để phòng bị lây nhiễm? |
| <input type="checkbox"/> Tự cách ly nghĩa là gì? | <input type="checkbox"/> Tôi có nên chích ngừa cúm không? |
| <input type="checkbox"/> Còn những người tôi sống cùng thì sao? | <input type="checkbox"/> Tại sao giãn cách xã hội lại quan trọng? |



Có những sự hỗ trợ gì?

Có các phòng khám xét nghiệm công cộng tại các bệnh viện Bankstown, Bowral, Campbelltown, Fairfield và Liverpool.

Bác sĩ gia đình sẽ tư vấn cho quý vị nếu quý vị nên đến phòng khám để được xét nghiệm.

Trong khi hầu hết những người mắc COVID-19 có thể được quản lý tại nhà, Khu Vực Y Tế Địa Phương Tây Nam Sydney đang gia tăng các nguồn lực dành cho những người cần chăm sóc tại bệnh viện. Điều này đã khiến một số phòng khám và các dịch vụ khác tạm thời đóng cửa.

Đơn Vị Y Tế Tây Nam Sydney đang nỗ lực để giảm sự lây lan của COVID-19. Họ sẽ cố gắng tìm ra làm thế nào một người bị nhiễm bệnh và những người nào khác cần phải được xét nghiệm.

Tôi có thể tìm hiểu thêm ở đâu?

- **healthdirect** - virus corona: [healthdirect.gov.au](https://www.healthdirect.gov.au)
- **Bộ Y Tế NSW** - Tài liệu về COVID-19 bằng các ngôn ngữ khác: [health.nsw.gov.au](https://www.health.nsw.gov.au)
- **South Western Sydney PHN** - Thông tin về virus corona cho các thành viên cộng đồng: [swsphn.com.au](https://www.swsphn.com.au)
- **Tổ Chức Y Tế Thế Giới** - giải đáp những bí ẩn về virus corona: [who.int](https://www.who.int)

Thông tin này sẽ được đọc bởi một người đã nhận được chẩn đoán từ bác sĩ của họ. Nó không được thiết kế để được sử dụng cho chẩn đoán một bệnh về sức khỏe hoặc thay thế cho sự chăm sóc y tế đang diễn ra

Danh Mục Tài Nguyên Y Tế là một sáng kiến của PHN Tây Nam Sydney

phn
SOUTH WESTERN
SYDNEY

An Australian Government Initiative