



**Ở nhà là  
góp phần  
bảo vệ!**

**#CoronaSN**



**Đường dây nóng Corona: 0800-100 0214**

[www.coronavirus.sachsen.de](http://www.coronavirus.sachsen.de)



Freistaat  
**SACHSEN**

# TỜ HƯỚNG DẪN VỀ ỨNG XỬ KHI XUẤT HIỆN NHIỄM VIRUS CORONA



Hiện tại tình trạng nhiễm virus corona chủng mới SARS-CoV-2 đang lan tràn khắp thế giới. Danh mục các khu vực rủi ro được cập nhật có thể tải xuống từ trang mạng của Viện Robert Koch (RKI). Để truy cập trang mạng internet về các khu vực rủi ro, Bạn hãy sử dụng chức năng chụp ảnh của máy điện thoại di động của Bạn: [www.coronavirus.sachsen.de](http://www.coronavirus.sachsen.de)

Trong phần lớn các trường hợp, bệnh nhiễm virus corona chủng mới SARS-CoV-2 diễn biến như bị nhiễm cúm và về mặt lâm sàng nó không phân biệt được với sổ mũi hoặc cúm thực sự (Influenza).

## Thái độ ứng xử khi tiếp xúc với những người bị bệnh đường hô hấp (nhiễm cúm)

- Giữ cự ly.
- Tránh tiếp xúc cơ thể trực tiếp với người ốm (ôm, hôn, bắt tay).
- Tránh sờ tay lên mặt mình khi chưa rửa tay.
- Rửa tay kỹ lưỡng và thường xuyên bằng nước và xà phòng.
- Mở cửa sổ để thông thoáng thường xuyên và kỹ lưỡng các phòng kín.

## Thái độ ứng xử khi bị bệnh đường hô hấp (nhiễm cúm)

- Bạn hãy tránh tiếp xúc gần với người ốm.
- Bạn hãy báo nghỉ ốm kịp thời.
- Bạn đừng cho những trẻ em bị ốm đến các cơ sở công cộng (nhà trẻ, trường học).
- Bạn hãy lưu ý hướng dẫn về ho và hắt hơi:
  - Khi ho và hắt hơi đừng hướng về những người khác.
  - Ho và hắt hơi vào ống tay áo của mình hoặc vào khăn mùi xoa giấy.
  - Bỏ khăn mùi xoa giấy đã sử dụng vào thùng rác.
  - Rửa tay kỹ lưỡng và thường xuyên bằng nước và xà phòng.
- Nếu Bạn cần sự trợ giúp của bác sĩ, Bạn hãy gọi điện thoại và hẹn lịch với bác sĩ gia đình của mình và lưu ý bác sĩ về bệnh đường hô hấp của mình.

- Nếu Bạn có những **triệu chứng** như sốt, đau cơ bắp, ho, sổ mũi hoặc đi tháo và nếu trong vòng trong **14 ngày** vừa qua Bạn đã có mặt tại một trong các khu vực rủi ro ([www.coronavirus.sachsen.de](http://www.coronavirus.sachsen.de)) hoặc đã tiếp xúc với một trường hợp **đã xác nhận** là bị nhiễm virus corona thì trước mắt Bạn hãy tránh tất cả mọi tiếp xúc không cần thiết với những người khác và Bạn hãy ở nhà! Bạn hãy điện thoại ngay lập tức cho phòng khám của bác sĩ gia đình mình và gọi điện cho bộ phận thường trực của bác sĩ thuộc quỹ bảo hiểm y tế qua số điện thoại **116 117**. Bác sĩ gia đình hoặc bác sĩ thường trực sẽ trao đổi với Bạn về những việc cần làm tiếp theo.

## Thái độ ứng xử khi tiếp xúc với một trường hợp đã xác nhận là bị nhiễm virus corona

Nếu trong vòng trong 14 ngày vừa qua Bạn đã tiếp xúc với một trường hợp đã xác nhận là bị nhiễm virus corona thì đề nghị Bạn hãy liên hệ ngay lập tức với Sở Y tế sở tại. Việc này nhất thiết phải làm – cho dù có xuất hiện triệu chứng nhiễm hay không.

## Những biện pháp có thể được áp dụng đối với chủ sử dụng lao động

- Bác sĩ của xí nghiệp có thể cập nhật và thông báo việc đánh giá mức độ nguy hiểm.
- Thường xuyên hướng dẫn cho nhân viên về thái độ ứng xử hợp vệ sinh.
- Cung cấp những thiết bị để rửa tay đáp ứng tiêu chuẩn tại những vị trí thuận tiện sử dụng.
- Ngoài phạm vi y tế không cần thiết có phương tiện khử trùng.
- Thông thoáng các phòng làm việc 4 lần hàng ngày, mỗi lần khoảng 10 phút.
- Sử dụng khăn giấy lau tay dùng một lần.
- Nếu có thể và nếu phù hợp với nhu cầu của doanh nghiệp thì: Tạo điều kiện làm việc tại gia/ làm việc từ xa.