

Hướng Dẫn Theo Mức Độ Rủi Ro với COVID-19

Quận Austin-Travis hiện đang ở Giai Đoạn 3

Cơ quan Y Tế Công Cộng Austin (APH) đã đăng tải một bảng hướng dẫn theo mã màu nhằm trợ giúp các cư dân của Quận Austin-Travis hiểu rõ các giai đoạn nguy cơ và cung cấp khuyến nghị về những điều mà mọi người nên thực hiện để được an toàn trong thời kỳ đại dịch COVID-19.

Hiện tại, APH đang tìm hiểu những chỉ số hiệu quả nhất giúp xác định mức độ rủi ro tại cộng đồng địa phương. Các yếu tố kích hoạt tạm thời đang được mô hình hóa dựa trên số trường hợp nhập viện vì mối liên hệ với số lượng trường hợp, việc sử dụng máy thở, các ca tử vong, và khả năng có sẵn phương pháp điều trị và vắc-xin hiệu quả.

[Xem bảng hướng dẫn \(có màu\)](#)

COVID-19: Risk-Based Guidelines

	Practice Good Hygiene Stay Home if Sick Avoid Sick People	Maintain Social Distancing	Wear Facial Coverings	Higher Risk Individuals Age over 65, diabetes, high blood pressure, heart, lung and kidney disease, immunocompromised, obesity			Lower Risk Individuals No substantial underlying health conditions			Workplaces Open
				Avoid Gatherings	Avoid Non-Essential Travel	Avoid Dining/ Shopping	Avoid Gatherings	Avoid Non-Essential Travel	Avoid Dining/ Shopping	
Stage 1	•			greater than 25		except with precautions	gathering size TBD			all businesses
Stage 2	•	•	•	greater than 10		except as essential	greater than 25		except with precautions	essential and re-opened businesses
Stage 3	•	•	•	social and greater than 10	•	except as essential	social and greater than 10		except with precautions	essential and re-opened businesses
Stage 4	•	•	•	social and greater than 2	•	except as essential	social and greater than 10	•	except expanded essential businesses	expanded essential businesses
Stage 5	•	•	•	outside of household	•	except as essential	outside of household	•	except as essential	essential businesses only

Use this color-coded alert system to understand the stages of risk. This chart provides recommendations on what people should do to stay safe during the pandemic. Individual risk categories identified pertain to known risks of complication and death from COVID-19. This chart is subject to change as the situation evolves.

AustinTexas.gov/COVID19 Published: May 13, 2020 APH Austin Public Health

[Xem bảng hướng dẫn \(đen trắng\)](#)

COVID-19: Risk-Based Guidelines

	Practice Good Hygiene Stay Home if Sick Avoid Sick People	Maintain Social Distancing	Wear Facial Coverings	Higher Risk Individuals Age over 65, diabetes, high blood pressure, heart, lung and kidney disease, immunocompromised, obesity			Lower Risk Individuals No substantial underlying health conditions			Workplaces Open
				Avoid Gatherings	Avoid Non-Essential Travel	Avoid Dining/ Shopping	Avoid Gatherings	Avoid Non-Essential Travel	Avoid Dining/ Shopping	
Stage 1	•			greater than 25		except with precautions	gathering size TBD			all businesses
Stage 2	•	•	•	greater than 10		except as essential	greater than 25		except with precautions	essential and re-opened businesses
Stage 3	•	•	•	social and greater than 10	•	except as essential	social and greater than 10		except with precautions	essential and re-opened businesses
Stage 4	•	•	•	social and greater than 2	•	except as essential	social and greater than 10	•	except expanded essential businesses	expanded essential businesses
Stage 5	•	•	•	outside of household	•	except as essential	outside of household	•	except as essential	essential businesses only

Use this color-coded alert system to understand the stages of risk. This chart provides recommendations on what people should do to stay safe during the pandemic. Individual risk categories identified pertain to known risks of complication and death from COVID-19. This chart is subject to change as the situation evolves.

AustinTexas.gov/COVID19 Published: May 13, 2020 APH Austin Public Health

Hướng dẫn mới dựa trên mức độ rủi ro trình bày năm giai đoạn nguy cơ cụ thể, từ mức độ đe dọa thấp nhất, Giai Đoạn 1, cho đến mức nghiêm trọng nhất, Giai Đoạn 5, cùng các hành vi được khuyến nghị dành cho mỗi giai đoạn.

Với những cá nhân có mức độ rủi ro thấp hơn, được định nghĩa là những người không có tình trạng sức khỏe nền đáng kể, và có mức độ rủi ro gặp các biến chứng và tử vong thấp hơn do COVID-19, các khuyến nghị dành cho họ như sau:

Giai Đoạn 1: Thực hành vệ sinh sạch sẽ, ở nhà nếu bị ốm, và tránh xa những người bị ốm. APH đang nghiên cứu để đưa ra khuyến nghị về số người tối đa được tham gia tụ tập. Khuyến cáo các cá nhân là họ được an toàn quay trở lại làm việc tại tất cả doanh nghiệp.
Giai Đoạn 2: Bao gồm các khuyến nghị dành cho Giai Đoạn 1 và bổ sung thêm: Duy trì giữ khoảng cách xã hội và đeo khăn che mặt bằng vải tại nơi công cộng. Đặc biệt khuyến nghị các cá nhân tránh thực hiện việc ăn uống bên ngoài và mua sắm, trừ khi có thực hiện các biện pháp phòng ngừa, và tránh việc tụ tập thành các nhóm có trên 25 người. Họ được khuyến cáo là được an toàn quay trở lại làm việc tại các doanh nghiệp thiết yếu và được mở cửa trở lại.
Giai Đoạn 3: Bao gồm các khuyến nghị dành cho Giai Đoạn 2 và cũng đặc biệt khuyến nghị các cá nhân tránh việc đi lại không thiết yếu, tất cả các hoạt động tụ tập xã hội, và bất kỳ hoạt động tụ tập nào có hơn 10 người.
Giai Đoạn 4: Bao gồm các khuyến nghị dành cho Giai Đoạn 3 và khuyến cáo các cá nhân rằng họ được an toàn quay trở lại làm việc, và đi ăn uống bên ngoài và mua sắm, chỉ tại "các doanh nghiệp thiết yếu trong danh sách mở rộng". Định nghĩa về nhóm này sẽ sớm được cung cấp.
Giai Đoạn 5: Bao gồm các khuyến nghị dành cho Giai Đoạn 4 và đặc biệt khuyến nghị các cá nhân tránh thực hiện tất cả những hoạt động tụ tập bên ngoài hộ gia đình, và tránh việc ăn uống bên ngoài và mua sắm, trừ khi thiết yếu. Trong giai đoạn này, việc quay lại làm việc được xem là an toàn chỉ với các doanh nghiệp thiết yếu.

Khuyến nghị thực hiện thêm các biện pháp phòng tránh dành cho những người có mức độ rủi ro cao hơn, cụ thể là những người trên 65 tuổi hoặc người bị bệnh tiểu đường, cao huyết áp, bệnh tim, bệnh phổi, bệnh thận, bị béo phì, hoặc những người có hệ miễn dịch bị suy giảm.

Ví dụ, đặc biệt khuyến nghị các cá nhân có mức độ rủi ro cao hơn nên tránh thực hiện việc ăn uống bên ngoài và mua sắm, trừ khi có thực hiện các biện pháp phòng ngừa, và tránh việc tụ tập thành các nhóm có trên 25 người, dù cho đang ở mức độ rủi ro thấp nhất, Giai Đoạn 1. Khi các giai đoạn tiến triển từ 1 đến 4, khuyến cáo các cá nhân có mức độ rủi ro cao hơn nên hạn chế số người tham gia các hoạt động tụ tập mà mình tham gia, và hạn chế đi ăn uống bên ngoài và mua sắm, ở mức phạm vi cao hơn so với những cá nhân có mức rủi ro thấp hơn. Tuy nhiên, đến Giai Đoạn 5, khuyến cáo tất cả các cá nhân cần hạn chế các hoạt động của mình và hạn chế việc tiếp xúc ở mức độ như nhau, dù cho tình trạng sức khỏe của họ như thế nào.