

# COVID-19

Austin Public Health (Hệ Thống Y Tế Công Cộng Austin) tiếp tục theo dõi dịch bệnh bùng phát được gây ra bởi một loại novel coronavirus (coronavirus mới) (COVID-19) được xác định lần đầu tiên tại Vũ Hán, Tỉnh Hồ Bắc, Trung Quốc.

Nguy cơ của COVID-19 ở Texas đối với công chúng nói chung tăng cao vào thời điểm này do bằng chứng ngày càng tăng về sự lây lan từ người sang người ở Hoa Kỳ.

## Nó lây lan như thế nào?

Cách lây lan thường gặp nhất của coronavirus là từ người đã nhiễm bệnh tới những người khác qua:

- Các giọt hô hấp bị tống vào không khí do ho hoặc hắt xì
- Tiếp xúc cá nhân gần gũi, như là chạm hoặc bắt tay
- Chạm vào đồ vật hoặc bề mặt có chứa vi rút, sau đó chạm vào miệng, mũi, hoặc mắt của quý vị trước khi rửa tay

## Triệu Chứng

Các bệnh nhân được xác nhận đã lây nhiễm mắc bệnh hô hấp từ nhẹ tới nặng với các triệu chứng:

- Sốt
- Ho
- Khó thở

Nếu bạn đang gặp phải những triệu chứng này, hãy liên hệ với Bác sĩ của bạn.

**Xin bảo đảm rằng quý vị gọi điện trước khi đi tới văn phòng bác sĩ của mình hoặc tới phòng cấp cứu để phòng tránh rủi ro lây lan tiềm ẩn.**

## Phòng Chống

Cách tốt nhất để phòng chống lây nhiễm là để phòng tránh tiếp xúc với con vi rút này, tương tự như cách quý vị để phòng tránh bệnh cúm:

- Rửa tay thường xuyên với xà phòng và nước trong vòng ít nhất 20 giây. Nếu không có sẵn xà phòng và nước, dùng nước rửa tay khử trùng có cồn
- Tránh chạm vào mắt, mũi, và miệng bằng tay chưa rửa
- Tránh tiếp xúc gần gũi với những người mang bệnh
- Ở nhà khi quý vị mang bệnh
- Che lại khi ho hoặc hắt xì bằng khăn giấy, sau đó quăng bỏ khăn giấy vào thùng rác
- Rửa sạch và tiệt trùng các đồ vật và bề mặt mà quý vị thường xuyên chạm vào

**Để biết thêm thông tin, xin vào website:**  
[www.AustinTexas.gov/COVID19](http://www.AustinTexas.gov/COVID19)



## Các Câu Hỏi Thường Gặp về COVID-19 (03/13/2020)

### **H: Tôi có nguy cơ mắc COVID-19 tại Austin không?**

**Đ:** Tại thời điểm này, nguy cơ bị nhiễm COVID-19 với công chúng nói chung tại Texas đã tăng lên do càng ngày càng có nhiều bằng chứng về việc lan truyền từ người sang người ở Hoa Kỳ.

Sở Y Tế Công Cộng Austin vừa nhận được hai trường hợp được nghi là dương tính với Bệnh Vi-rút Corona 2019 (COVID-19) tại Quận Austin-Travis. Đây là những trường hợp đầu tiên được xác nhận tại khu vực này. Cả hai trường hợp đều được tin tưởng rằng không phải do lây lan trong cộng đồng, tức là bệnh này **KHÔNG** xuất phát từ một người bị nhiễm chưa được xác định, người mà họ có tiếp xúc. [Bấm vào đây để biết thêm thông tin.](#)

Để biết được thông tin mới nhất về số trường hợp được xác nhận tại Texas, ghé thăm [Texas DSHS](#).

### **H: Xét nghiệm COVID-19 được thực hiện như thế nào? Có bất kỳ xét nghiệm nào đang được tiến hành với những cá nhân ở Quận Austin/Travis không?**

**Đ:** Hiện tại, một phòng xét nghiệm của Sở Dịch Vụ Y Tế Tiểu Bang Texas (DSHS) tại Austin có khả năng hoàn thành xét nghiệm COVID-19. Hiện tại APH có một hoặc nhiều hơn các trường hợp Kiểm Tra Các Cá Nhân, điều đó có nghĩa là xét nghiệm đang được tiến hành. Không có trường hợp được xác nhận nhiễm bệnh nào.

Những cá nhân trải qua các triệu chứng của bệnh nhiễm trùng đường hô hấp dưới (ví dụ: ho, thở ngắn) nên tham vấn với nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe của mình, người sẽ quyết định liệu có chẩn đoán hợp lý nào khác không (ví dụ: bệnh cúm). Nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe địa phương của quý vị sẽ tham vấn với Sở Y Tế Austin để thu thập các mẫu bệnh phẩm để CDC hoặc một phòng xét nghiệm của DSHS Texas thực hiện xét nghiệm nếu cho rằng bệnh nhân đáp ứng định nghĩa là một trường hợp.

### **H: Tại sao quý vị không báo cáo số lượt xét nghiệm hoặc số người đang được kiểm tra?**

**Đ:** Sở Y Tế Công Cộng Austin kiểm tra khoảng 80 loại bệnh truyền nhiễm mỗi ngày, trong đó có bao gồm kiểm tra người và nhiều loại xét nghiệm khác nhau. Khi một trường hợp dương tính được xác nhận, chúng tôi sẽ cảnh báo cho cộng đồng cùng nhiều thông tin và chi tiết hơn. Liên quan đến việc xét nghiệm COVID-19:

- Số lượt xét nghiệm và số người đang được kiểm tra thay đổi nhanh chóng, cho đến khi đăng thông tin, tổng số có thể đã bị cũ
- Các tổ chức y tế tư nhân hiện đang tự thực hiện các xét nghiệm của mình. Có được tổng số lượt xét nghiệm một cách chính xác trở nên khó khăn hơn
- Chúng tôi đang tuân theo hướng dẫn của DSHS về việc không tiết lộ số PUI
- Hiện tại, các phòng xét nghiệm thương mại đã trực tuyến, có được tổng số lượt xét nghiệm một cách chính xác trở nên khó khăn hơn

### **H: Sở Y Tế Công Cộng Austin đang làm gì liên quan đến COVID-19?**

**D:** Sở Y Tế Công Cộng Austin đang phối hợp chặt chẽ với Sở Dịch Vụ Y Tế Tiểu Bang Texas, Trung Tâm Kiểm Soát và Ngăn Ngừa Bệnh Tật (CDC), và các cơ quan y tế công cộng của địa phương và vùng, cùng các cơ quan chăm sóc y tế trong việc giám sát chặt chẽ tình hình đang tiến triển nhanh chóng này. APH đã xây dựng một kế hoạch gồm năm giai đoạn để phối hợp các hoạt động phản ứng với COVID-19. Hiện tại chúng ta đang ở **Giai Đoạn 3**:

- Giai Đoạn 1: Giám Sát Các Cá Nhân
- Giai Đoạn 2: Kiểm Tra Các Cá Nhân (Đang Tiến Hành Xét Nghiệm)
- Giai Đoạn 3: Trường Hợp Được Xác Nhận (Không lan truyền từ người sang người)
- Giai Đoạn 4: Lây Lan Hạn Chế từ Người sang Người (Tiếp Xúc Gần/Trong Hộ Gia Đình)
- Giai Đoạn 5: Lây Lan Liên Tục từ Người sang Người trong Cộng Đồng

APH đã nhận được nhiều trường hợp mắc Bệnh Vi-rút Corona 2019 (COVID-19) tại Quận Austin-Travis. Để biết được thông tin cập nhật về số lượng các trường hợp, ghé thăm [www.AustinTexas.gov/COVID19](http://www.AustinTexas.gov/COVID19).

APH vừa nhận được hai trường hợp được nghi là dương tính với Bệnh Vi-rút Corona 2019 (COVID-19) tại Quận Austin-Travis. Đây là những trường hợp đầu tiên được xác nhận tại khu vực này. Cả hai trường hợp đều được tin tưởng rằng không phải do lây lan trong cộng đồng. [Bấm vào đây để biết thêm thông tin](#).

APH cũng đã kích hoạt Trung Tâm Vận Hành Sở để cho phép tăng cường phối hợp khi phản ứng, cung cấp hoạt động giám sát triệu chứng với các cư dân từ nước ngoài quay trở lại Quận Austin/Travis, và cung cấp các thông điệp về phòng ngừa cho các chuyên gia chăm sóc sức khỏe, doanh nghiệp, trường học, và công chúng nói chung. Ngoài ra, Trung Tâm Điều Hành Khẩn Cấp Quận Austin-Travis (ATCEOC) đã được kích hoạt một phần. Trong trạng thái kích hoạt một phần, ATCEOC đã thành lập một nhóm lập kế hoạch và Hệ Thống Thông Tin Liên Kết (JIS), nhóm này họp mặt hàng ngày để thảo luận về bất kỳ thay đổi và tác động của COVID-19.

APH cũng đã kích hoạt Trung Tâm Vận Hành Sở để cho phép tăng cường phối hợp khi phản ứng, cung cấp hoạt động giám sát triệu chứng với các cư dân từ nước ngoài quay trở lại Quận Austin/Travis, và cung cấp các thông điệp về phòng ngừa cho các chuyên gia chăm sóc sức khỏe, doanh nghiệp, trường học, và công chúng nói chung. Ngoài ra, Trung Tâm Điều Hành Khẩn Cấp Quận Austin-Travis (ATCEOC) đã được kích hoạt một phần. Trong trạng thái kích hoạt một phần, ATCEOC đã thành lập một nhóm lập kế hoạch và Hệ Thống Thông Tin Liên Kết (JIS), nhóm này họp mặt hàng ngày để thảo luận về bất kỳ thay đổi và tác động của COVID-19.

Một [Ban Cố Vấn Chuyên Gia](#) đã được thành lập, bao gồm hơn một chục bác sĩ từ khắp cộng đồng. Họ là những chuyên gia về bệnh truyền nhiễm, nhi khoa, cấp cứu, nội khoa, cũng như các bác sĩ từ các trường công lập và giáo dục đại học. Ban này đang làm việc dựa trên các khuyến nghị và hướng dẫn của các chiến lược giảm thiểu và phòng ngừa đối với các hoạt động tụ tập đông người.

**H: Nếu quý vị bị ốm, các bước đi nào cần thực hiện để giúp ngăn ngừa sự lây lan của bệnh tật như cúm và COVID-19?**

**Đ:** Nếu quý vị bị bệnh do COVID-19 hoặc nghi ngờ quý vị bị nhiễm COVID-19 hoặc bất kỳ bệnh nào khác về đường hô hấp, thực hiện theo các bước dưới đây để giúp ngăn ngừa bệnh này lây sang những người trong nhà và trong cộng đồng của quý vị.

- **Ở nhà cho đến khi được hướng dẫn rằng có thể rời khỏi:** Các bệnh nhân được xác nhận là nhiễm COVID-19 nên thực hiện các biện pháp phòng ngừa cách ly tại nhà cho đến khi mức độ rủi ro lây lan thứ cấp sang những người khác được nhận thấy là trở nên thấp.
- **Gọi điện thoại trước khi đến thăm khám với bác sĩ của quý vị:** Nếu quý vị có một cuộc hẹn y khoa, hãy gọi cho nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc y tế và nói với họ rằng quý vị bị nhiễm hoặc có thể bị nhiễm COVID-19. Việc này sẽ giúp văn phòng của nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc y tế thực hiện các bước nhằm tránh cho những người khác bị lây hoặc phơi nhiễm.
- Giám sát các triệu chứng mà quý vị có và nhanh chóng có được sự lưu ý của nhóm y tế nếu bệnh tình của quý vị trở nên nặng hơn.
- **Tránh các địa điểm công cộng:** Không đi làm, đến trường, hoặc các địa điểm công cộng.
- **Tránh sử dụng phương tiện vận chuyển công cộng:** Tránh sử dụng các phương tiện vận chuyển công cộng, đi chung xe, hoặc taxi.
- **Tách riêng với gia đình:** Tách bản thân rời xa những người khác, và những người trong nhà của quý vị, bao gồm những người thân yêu.
- **Tránh xa những người khác:** Ở hết mức có thể, quý vị nên ở tại một phòng cụ thể và tránh xa những người khác trong nhà mình. Đồng thời, quý vị nên sử dụng nhà tắm riêng, nếu có thể.
- **Che lại khi ho và hắt hơi:** Dùng khăn che miệng và mũi của quý vị khi ho hoặc hắt hơi. Ném khăn đã sử dụng trong một sọt rác có túi đựng.
- **Rửa tay:** Ngay lập tức rửa tay bằng xà phòng và nước trong thời gian tối thiểu là 20 giây hoặc, nếu không có sẵn xà phòng và nước, rửa tay bằng một chất khử trùng rửa tay bằng cồn có chứa tối thiểu 60% lượng cồn..
- **Tránh chạm/sờ:** Tránh lấy tay chưa được rửa sạch để sờ vào mắt, mũi, và miệng của quý vị.
- **Thực hành vệ sinh định kỳ các bề mặt chạm vào nhiều:** Các bề mặt thường hay chạm vào bao gồm kệ, mặt bàn, tay nắm cửa, dụng cụ trong nhà tắm, nhà vệ sinh, điện thoại, bàn phím, máy tính bảng, và bàn cạnh giường.

Những người không có bảo hiểm và không có nhà cung cấp dịch vụ cố định nhưng đang trải qua những triệu chứng giống như bị mắc vi-rút Corona nên gọi điện thoại cho CommUnityCare theo số điện thoại 512-978-9015. CommUnityCare sẽ phân loại qua điện thoại và gửi họ đến địa điểm phù hợp. Chúng tôi đang thực hiện theo các giao thức phản ứng nhanh của CDC và yêu cầu những người không có nhà cung cấp dịch vụ cố định gọi điện thoại đến số máy ở trên, chứ không đến trực tiếp để ngăn ngừa khả năng lây lan vi-rút.

**H: Tôi nên làm gì nếu tôi là một doanh nghiệp và cần biết thông tin về các nỗ lực giảm thiểu?**

**Đ:** Nếu quý vị có một sự kiện hoặc buổi tập trung đông người đã được lên kế hoạch từ trước, xin hãy gọi tới số 3-1-1 hoặc gửi email đến địa chỉ [EHSD.service@austintexas.gov](mailto:EHSD.service@austintexas.gov) để đặt câu hỏi.



**Các sự kiện có hơn 2,500 người đang bị cấm**, trừ khi ban tổ chức đảm bảo với Sở Y Tế Austin rằng có các kế hoạch giảm thiểu bệnh truyền nhiễm tại chỗ.

Để có được thông tin cụ thể hơn liên quan đến các buổi tụ tập đông người và các yêu cầu dành cho sự kiện và địa điểm tổ chức, hãy tìm đọc phần "For Event Organizers/Venues" (Dành Cho Ban Tổ Chức/Địa Điểm Tổ Chức Sự Kiện) ở phần dưới đây trong website này.

### **H: Sân Bay Quốc Tế Austin-Bergstrom đang làm việc với các đối tác y tế và chuẩn bị cho COVID-19 như thế nào?**

**Đ:** Sân Bay Quốc Tế Austin-Bergstrom (AUS) phối hợp chặt chẽ với Sở Y Tế Công Cộng Austin, CDC, và các đối tác khác của liên bang nhằm đảm bảo sự an toàn và sức khỏe của hành khách. Vào thời điểm này, CDC không xác định AUS là một sân bay tiến hành thêm các thủ tục sàng lọc như một trạm kiểm soát, và dự kiến rằng các hoạt động không bị ảnh hưởng, và đang chờ các diễn tiến mới.

Khi tính đến số lượng hành khách vào và ra, tháng Ba cũng không phải là tháng bận rộn nhất về đi lại quốc tế hoặc đi lại chung đến AUS. Ngoài ra, AUS không bay trực tiếp đến bất kỳ quốc gia nào [hiện tại được liệt kê trong Cảnh Báo Mức Độ 2 hoặc Cảnh Báo Mức Độ 3](#).

AUS đã cung cấp các trạm khử trùng rửa tay tại các khu vực có mật độ đi lại cao, chẳng hạn như sau các trạm kiểm tra TSA, và biển báo truyền đạt các thực hành tốt nhất về vệ sinh nói chung. Sân bay sẽ tiếp tục giám sát tình huống và đưa ra các điều chỉnh cần thiết.

### **H: Vi-rút Corona mới là gì?**

**Đ:** Vi-rút Corona mới là một chủng vi-rút chưa từng được xác định trước đây. Chủng vi-rút đang gây ra COVID-19, không giống như [các chủng vi-rút Corona thường lan truyền ở con người](#) và gây ra bệnh nhẹ, giống như cảm lạnh thông thường.

### **H: Vi-rút gây ra COVID-19 lây truyền như thế nào?**

**Đ:** Chủng vi-rút này đầu tiên được phát hiện ở Thành Phố Vũ Hán, Tỉnh Hồ Bắc, Trung Quốc. Những người nhiễm bệnh đầu tiên có liên quan đến một chợ bán động vật sống, nhưng hiện tại vi-rút đang lây lan từ người sang người. Điều quan trọng cần lưu ý là việc lây lan từ người sang người có thể xảy ra với một tập thể. Một số loại vi-rút rất dễ lây lan (như sởi), trong khi có những loại khác có khả năng lây lan thấp hơn. Hiện tại, vẫn chưa rõ ràng về việc loại vi-rút này lây lan giữa người với người dễ dàng hay bền vững ở mức độ nào.

### **H: Ai đó đã từng nhiễm COVID-19 có thể lây bệnh cho những người khác không?**

**Đ:** Chủng vi-rút gây ra COVID-19 [đang lây truyền từ người sang người](#). Ai đó bị bệnh vì COVID-19 có thể lây bệnh cho những người khác. Đó là lý do tại sao CDC khuyến nghị rằng những bệnh nhân này cần được cách ly ở bệnh viện hoặc ở nhà (phụ thuộc vào mức độ bệnh tật của họ) cho đến khi họ khỏe hơn và không còn gây ra nguy cơ lây bệnh cho những người khác.

Khoảng thời gian mà một người bị ốm có thể khác nhau, vì vậy quyết định về việc khi nào một người có thể dùng cách ly sẽ tùy thuộc vào từng trường hợp khi có tham vấn với bác sĩ, các chuyên gia kiểm soát và phòng ngừa lây nhiễm, và viên chức y tế công cộng. Quyết định này liên quan đến việc xem xét cụ thể từng tình huống, bao gồm mức độ nghiêm trọng của bệnh, các biểu hiện và triệu chứng bệnh tật, và kết quả xét nghiệm của bệnh nhân đó.

[Hướng dẫn hiện hành của CDC về việc khi nào một người có thể dùng cách ly](#) được đưa ra với riêng từng trường hợp, và bao gồm việc đáp ứng tất cả các yêu cầu sau đây:

- Bệnh nhân không còn bị sốt khi không cần sử dụng thuốc hạ sốt.
- Bệnh nhân không còn biểu hiện các triệu chứng, bao gồm ho.
- Bệnh nhân được xét nghiệm âm tính trên tối thiểu hai mẫu bệnh phẩm liên tiếp được thu thập cách nhau tối thiểu 24 giờ.

Người được dùng cách ly không còn được xem là gây ra nguy cơ lây nhiễm cho những người khác.

**H: Ai đó đã từng bị kiểm dịch vì COVID-19 có thể lây truyền bệnh cho những người khác không?**

**Đ:** Kiểm dịch tức là tách một người hoặc một nhóm người bị phơi nhiễm với một bệnh truyền nhiễm nhưng vẫn chưa phát bệnh (các triệu chứng) khỏi những người chưa bị phơi nhiễm khác, nhằm ngăn ngừa khả năng lây lan của bệnh đó. Kiểm dịch thường được thiết lập trong thời kỳ ủ bệnh của bệnh truyền nhiễm đó, là thời kỳ mà người đó phát bệnh sau khi bị phơi nhiễm. Với COVID-19, thời gian kiểm dịch là 14 ngày kể từ ngày cuối cùng bị phơi nhiễm, vì 14 ngày là thời gian ủ bệnh dài nhất được thấy với những vi-rút Corona tương tự. Người được dùng kiểm dịch COVID-19 không được xem là gây ra nguy cơ lây lan vi-rút cho người khác vì họ không phát bệnh trong thời gian ủ bệnh.

**H: Tôi có thể làm thế nào để giúp bảo vệ bản thân?**

**Đ:** Để ngăn ngừa sự lây lan của các loại vi-rút về đường hô hấp, bao gồm cúm và COVID-19, hãy thực hiện các biện pháp sau:

- Thường xuyên rửa tay bằng xà-phòng và nước trong thời gian tối thiểu là 20 giây. Nếu không có sẵn xà-phòng và nước, sử dụng một chất khử trùng rửa tay bằng cồn.
- Tránh lấy tay chưa được rửa sạch để sờ vào mắt, mũi, và miệng của quý vị.
- Tránh tiếp xúc gần với người bị ốm.
- Ở nhà khi quý vị bị ốm.
- Dùng khuỷu tay hoặc khăn giấy che miệng khi ho hoặc hắt hơi, sau đó ném khăn vào thùng rác.
- Vệ sinh và khử trùng các vật dụng và các bề mặt thường được chạm vào.

**H: Sử dụng khẩu trang trong cộng đồng có giúp ngăn ngừa COVID-19 hay không?**

**Đ:** CDC không khuyến nghị những người khỏe mạnh đeo khẩu trang để bảo vệ bản thân không bị mắc các bệnh về đường hô hấp, bao gồm COVID-19. Quý vị chỉ nên đeo khẩu trang nếu một

chuyên gia chăm sóc y tế khuyến nghị điều này. Khẩu trang nên được người nhiễm COVID-19 và thể hiện các triệu chứng sử dụng. Điều này là để bảo vệ những người khác không gặp phải nguy cơ bị lây nhiễm. Sử dụng khẩu trang cũng đặc biệt quan trọng với [các nhân viên y tế](#) và [những người đang chăm sóc người bị nhiễm COVID-19 trong các môi trường gần](#) (ở nhà hoặc trong một cơ sở chăm sóc y tế).

**H: Các triệu chứng và biến chứng mà COVID-19 có thể gây ra là gì?**

**Đ:** Các triệu chứng hiện tại được báo cáo ở những bệnh nhân mắc COVID-19 bao gồm các bệnh về đường hô hấp từ mức nhẹ đến nghiêm trọng, có sốt, ho, và khó thở.

**H: Có một số người có nguy cơ nhiễm trùng nghiêm trọng ở mức độ cao hơn phải không?**

**A:** Đúng vậy. Tương tự như bệnh cúm, những người trên 70 tuổi và/hoặc có tình trạng sức khỏe tiềm ẩn như bệnh tim, cao huyết áp, viêm phổi mãn tính, và tiểu đường có nguy cơ mắc bệnh nặng và biến chứng cao hơn với COVID-19.

**H: Mọi người có thể làm thế nào để dừng sự kỳ thị liên quan đến COVID-19?**

**Đ:** Các viên chức y tế nhấn mạnh rằng những người gốc Á không có nguy cơ nhiễm vi-rút Corona cao hơn bất kỳ người nào khác. Trao đổi về các thông tin thực tế rằng vi-rút không nhắm mục tiêu cụ thể vào các nhóm chủng tộc hay sắc tộc nào và về cách thức COVID-19 lây lan thực sự có thể giúp dừng sự kỳ thị.

**Để tìm hiểu thêm về FAQ, ghé thăm [CDC.gov/Coronavirus/2019-ncov/faq.html](https://www.cdc.gov/Coronavirus/2019-ncov/faq.html).**

# TRỢ GIÚP PHÒNG NGỪA BỆNH TẬT



**Che miệng khi ho và hắt hơi**  
bằng khuỷu tay uốn cong hoặc khăn



**Thường xuyên rửa tay**  
bằng xà-phòng và nước trong vòng  
20 giây



**KHÔNG dùng**  
**tay chưa được rửa sạch**  
để sờ lên mặt mình



**Ở nhà khi bị ốm**  
và tránh tiếp xúc gần với người bị ốm

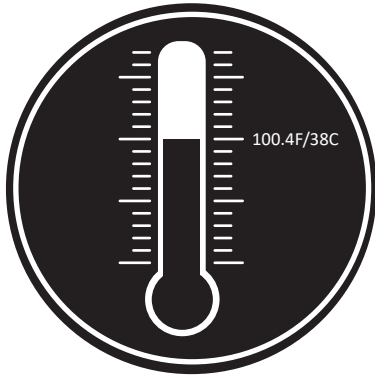






# XIN LƯU Ý!

## Cảnh Báo Y Tế



Nếu quý vị:  
Bị sốt (100.4F/38C)



Ho và thở ngắn

Hãy ngay lập tức



gọi điện thoại thay vì đến tận nơi

**Những bước đi này giúp ngăn ngừa  
sự lây lan của bệnh tật**