

Tỉnh Okayama
Virus truyền nhiễm Corona chủng mới
Yêu cầu đối với người dân và doanh nghiệp
Thời hạn từ thứ hai ngày 8 tháng 5 năm 2023
Sửa đổi ngày 20 tháng 4 năm 2023

Từ ngày 8 tháng 5 năm 2023, phân loại theo đạo luật về bệnh truyền nhiễm sẽ thay đổi!

- Từ ngày 8 tháng 5 năm 2023, phân loại của chủng mới virus corona theo đạo luật về bệnh truyền nhiễm sẽ được thay đổi thành bệnh truyền nhiễm loại 5 giống như bệnh cúm theo mùa.
- Vì lý do này, chúng tôi sẽ không còn yêu cầu mọi người dân và doanh nghiệp phải thực hiện các biện pháp phòng ngừa lây nhiễm cơ bản như từ trước đến nay. Các cá nhân và doanh nghiệp tự chủ đánh giá và thực hiện các biện pháp phòng ngừa.
- Tỉnh sẽ cố gắng cung cấp thông tin dễ hiểu, giúp cho người dân và doanh nghiệp thực hiện tự chủ các biện pháp phòng ngừa.

Đối với tất cả công dân của tỉnh: Xin lưu ý các điểm sau.

Các biện pháp phòng chống lây nhiễm cơ bản (tự đánh giá và thực hiện)

➤ Đeo khẩu trang

Nên đeo khẩu trang* trong những tình huống mà việc đeo khẩu trang có hiệu quả, nhằm ngăn ngừa sự lây nhiễm cho những người có nguy cơ phát bệnh nặng như người già. ※ Tham khảo quyết định của trụ sở kiểm soát bệnh truyền nhiễm virus Corona quốc gia “Về sửa đổi cách suy nghĩ về việc đeo khẩu trang” (10/02/2023)

➤ Thực hiện vệ sinh ngón tay như rửa tay, thực hiện thông thoáng khí

Đây là biện pháp phòng ngừa lây nhiễm có hiệu quả cơ bản dựa trên các đặc điểm của virus corona chủng mới

➤ Tránh 「3 Mitsu」 、 duy trì khoảng cách giữa người với người

Khi dịch bùng phát, đối với những người có rủi ro phát bệnh nặng như người già, cách phòng ngừa lây nhiễm hiệu quả là tránh những nơi thông thoáng kém, tránh nơi đông đúc có số lượng người không xác định nhiều, tránh nói chuyện trực tiếp.

Cuộc sống hàng ngày khỏe mạnh

➤ Vận động vừa phải, chế độ ăn uống cân bằng

Lối sống lành mạnh, chế độ ăn uống và vận động phù hợp với tình trạng cơ thể rất quan trọng.

Chuẩn bị trước

➤ Tiêm chủng vắc xin corona chủng mới

Khuyến nghị những người cao tuổi từ 65 tuổi trở lên có nguy cơ phát bệnh nặng và những người mắc bệnh nền tham gia tiêm vắc xin “Tiêm chủng mùa xuân 2023” từ ngày 8 tháng 5 năm 2023.

➤ Chuẩn bị khi cơ thể không khỏe

Mua trước bộ xét nghiệm kháng nguyên và thuốc giảm đau hạ sốt cần thiết để điều trị tại nhà.

Khi bạn cảm thấy thay đổi về tình trạng sức khỏe

Nếu bạn nghĩ rằng 「Đã bị nhiễm corona ? 」

- Trước khi đến cơ sở y tế, đừng hoảng sợ. Kiểm tra các triệu chứng và dùng thuốc thông thường.
Kiểm tra với bộ kit được nhà nước công nhận.
 - Trường hợp **DUƠNG TÍNH**
Trường hợp triệu chứng nhẹ, bắt đầu điều trị tại nhà...
 - Trường hợp **ÂM TÍNH**
Nếu có các triệu chứng, tiếp tục các biện pháp phòng chống lây nhiễm cơ bản như đeo khẩu trang, rửa tay...
- Nếu bạn có nguy cơ phát bệnh nặng (người già, người mắc bệnh nền, phụ nữ mang thai...) hoặc có các triệu chứng nghiêm trọng và muốn được chẩn đoán, hãy liên hệ trước với cơ sở y tế.

Khám bệnh

- Hãy liên hệ với cơ sở y tế trước.
- Tránh khám y tế không cần thiết, nên khám bệnh vào ban ngày các ngày trong tuần.
- Thực hiện các biện pháp phòng tránh lây nhiễm khi đến các cơ sở y tế, nhà thuốc, cơ sở chăm sóc người già...
- Đeo khẩu trang để bảo vệ người già và người có bệnh nền.

Khi bị nhiễm virus corona chủng mới

- Từ ngày 8 tháng 5, theo luật bệnh nhân mắc virus corona sẽ không bị yêu cầu hạn chế ra ngoài. Việc hạn chế ra ngoài hay không dựa theo quyết định cá nhân. Vui lòng tham khảo thông tin sau.
- Đối với cả mọi người xung quanh và doanh nghiệp, hãy cân nhắc và tôn trọng quyết định của cá nhân.
- Tại các cơ sở y tế và cơ sở dành cho người cao tuổi, vui lòng tham khảo thông tin sau và cân nhắc các hạn chế làm việc đối với những người lao động đã nhiễm virus corona chủng mới. Ngoài ra, đối với cơ sở dành cho người cao tuổi, xin lưu ý cân nhắc đối với việc có nhiều người cao tuổi có nguy cơ phát bệnh nặng đang sinh sống.
- Ngoài ra, nếu trường hợp lây nhiễm lan rộng, có thể tạm thời đưa ra yêu cầu nghiêm ngặt hơn.

Khoảng thời gian được khuyến khích hạn chế ra ngoài

- Vì nguy cơ lây nhiễm cho người khác đặc biệt cao trong 5 ngày đầu tiên sau khi xuất hiện các triệu chứng, với ngày khởi phát là ngày 0, **hãy hạn chế ra ngoài trong 5 ngày**. (Ngay cả khi bạn không có lựa chọn nào khác ngoài việc ra ngoài trong thời gian này, vui lòng xác nhận rằng bạn không có bất kỳ triệu chứng nào và đeo khẩu trang triệt để.)
- Trường hợp các triệu chứng vẫn tiếp tục vào ngày thứ 5, **ên hạn chế ra ngoài và theo dõi tình hình cho đến khi các triệu chứng giảm bớt sau 24 giờ**. Ví dụ như hạ sốt, hết đờm và đau họng. Trường hợp có các triệu chứng nặng, hãy tham khảo ý kiến bác sĩ.

Cân nhắc cho những người xung quanh

- Với ngày khởi phát là ngày 0, **có khả năng virus sẽ bị đào thải ra ngoài sau 10 ngày, hãy cân nhắc để không lây nhiễm cho những người xung quanh, bằng cách đeo khẩu trang vải không dệt, tránh tiếp xúc với những người có nguy cơ phát bệnh nặng như người già...**
- Nếu trường hợp triệu chứng như ho và hắt hơi vẫn tiếp tục ngay cả sau 10 ngày kể từ khi xuất hiện các triệu chứng, hãy tuân thủ các quy tắc khi ho như đeo khẩu trang...

Đối với doanh nghiệp: Xin lưu ý các điểm sau

Tự chủ thực hiện

- Do những thay đổi trong phân loại của luật bệnh truyền nhiễm, các hướng dẫn cụ thể cho các ngành nghề sẽ bị bãi bỏ. Việc đáp ứng các biện pháp phòng chống lây nhiễm cơ bản hàng ngày sẽ không còn bị bắt buộc, về cơ bản sẽ được giao cho các doanh nghiệp tự chủ quyết định.
- Tùy theo tính hiệu quả, thời gian và công sức, chi phí của việc thực hiện vệ sinh ngón tay như rửa tay, thông thoáng khí, cũng như hiệu quả kinh tế, khả năng trùng lặp hoặc thay thế bằng các biện pháp phòng ngừa lây nhiễm khác, doanh nghiệp có thể tự quyết định thực hiện hay không.
- Khi dịch bệnh lan rộng, hoặc khi có nhiều người có nguy cơ phát bệnh nặng tại các cơ sở y tế và cơ sở chăm sóc người già, tùy theo thời điểm và tình huống có thể tăng cường các biện pháp phòng chống lây nhiễm dựa trên tham khảo các biện pháp từ trước đến nay.

Tham khảo

Cơ sở y tế ngoại trú (bệnh nhân ngoại trú phát sốt)

- Tại tỉnh Okayama, để những công dân có các triệu chứng như sốt do nhiễm virus corona chủng mới có thể được tư vấn, điều trị và khám bệnh tại các cơ sở y tế gần nhất một cách thuận lợi, tỉnh chỉ định và công bố “Các cơ sở y tế ngoại trú (Bệnh nhân ngoại trú phát sốt) ”.



Chuẩn bị trước

- Để chuẩn bị cho khi cảm thấy không khỏe như khi bị sốt, chuẩn bị bộ kit xét nghiệm kháng nguyên có bán trên thị trường và thuốc giảm đau hạ sốt. Trang web của Bộ y tế lao động và phúc lợi công bố thông tin về các hiệu thuốc có bán bộ kit xét nghiệm kháng nguyên và cách chọn thuốc giảm đau hạ sốt.

Các nhà thuốc có bán bộ kit xét nghiệm kháng nguyên
(Trang web Bộ y tế lao động và phúc lợi)



Cách chọn thuốc hạ sốt giảm đau
(Trang web Bộ y tế lao động và phúc lợi)

