

Cúm theo mùa • Chủng virus corona mới

Thông điệp của thống đốc tỉnh nhằm phòng chống sự lây lan truyền nhiễm

Những ngày nghỉ cuối năm, đầu năm mới cơ hội tiếp xúc với mọi người sẽ tăng lên khi về quê và trong các sự kiện... Mùa đông này chúng ta cũng hãy lưu ý để “không làm lây nhiễm” và “không bị lây nhiễm”.



Hãy cùng nhau triệt để

Các biện pháp phòng chống lây nhiễm cơ bản

- ▶ Chú ý phòng ngừa lây nhiễm khi gặp người lớn tuổi hoặc tụ tập đông người
- ▶ Thông gió và rửa tay khử trùng thường xuyên, tùy theo tình huống đeo khẩu trang sẽ hiệu quả.
- ▶ Đeo khẩu trang khi đến thăm các cơ sở y tế, cơ sở chăm sóc người già...



Hãy cùng cố gắng

Hành động có cân nhắc đến tình trạng thể chất

- ▶ Nghỉ ngơi hợp lý, ăn uống điều độ
- ▶ Nếu cảm thấy không khỏe hoặc có các triệu chứng như sốt thì không nên gượng ép quá sức mà nên hạn chế ra ngoài



Hãy cân nhắc

Tiêm vắc xin

- ▶ Khuyến khích tiêm chủng, đặc biệt đối với những người có nguy cơ phát bệnh nặng như người già.

Vui lòng thăm khám hợp lý



- Xin vui lòng liên lạc trước với cơ sở y tế
- Hãy đến khám với các bác sĩ chỉ định hoặc phòng khám gần nhất, cố gắng hết sức đi vào ban ngày và vào các ngày trong tuần.
- Hạn chế đến gặp bác sĩ nhằm yêu cầu tài liệu hoặc giấy chứng nhận y tế để chứng minh kết quả khám.

Ngày 22 tháng 12 năm 2023

Thống đốc tỉnh Okyama Ibaragi Ryuta