



SEVERE ACUTE RESPIRATORY SYNDROME

BẢN DỮ KIỆN

THÔNG TIN VỀ SARS VÀ HƯỚNG DẪN PHÒNG NGỪA

MỘT CĂN BỆNH MỚI CÓ TÊN GỌI LÀ SARS

Các Trung Tâm Kiểm Soát và Phòng Ngừa Bệnh Tật (Centers for Disease Control and Prevention, CDC) đang điều tra về một căn bệnh mới có tên gọi là hội chứng hô hấp cấp tính nặng (SARS). Bệnh này được biết đã xảy ra đầu tiên trong dân chúng ở Tỉnh Quảng Đông (Trung Quốc), Hà Nội (Việt Nam), và Hồng Kông. Kể từ khi đó, bệnh này đã lan tràn sang các quốc gia khác. Tính đến ngày 1 Tháng Tư, có hơn 70 trường hợp bị SARS được biết đã xảy ra tại Hoa Kỳ. Bản dữ kiện này nói về căn bệnh này và các nguyên tắc hướng dẫn quan trọng để ngăn ngừa tình trạng lan tràn của SARS.

CÁC TRIỆU CHỨNG CỦA SARS

Nói chung, SARS bắt đầu bằng cơn sốt hơn 100.4°F [$>38.0^{\circ}\text{C}$]. Các triệu chứng khác có thể là nhức đầu, cảm thấy khó chịu trong người, và nhức mỏi cơ thể. Một số người cũng có các triệu chứng nhẹ về hô hấp. Sau 2 đến 7 ngày, bệnh nhân SARS có thể bị ho khan và khó thở.

SARS LAN TRUYỀN NHƯ THẾ NÀO

Các chuyên gia sức khỏe cộng đồng nghĩ rằng SARS lan truyền khi mọi người gần gũi với nhau. SARS dễ lây nhất khi có người bị bệnh này ho ra những hạt li ti trong không khí và người khác hít vào. SARS cũng có thể lan truyền rộng hơn trong không khí hoặc khi sờ vào vật dụng bị ô nhiễm. Muốn biết thêm về SARS, hãy đến www.cdc.gov/ncidod/sars/ và www.who.int/csr/sars/en/. Các Web sites này được cập nhật hàng ngày.

AI DỄ BỊ NHIỄM SARS

Được biết vẫn đang có người tiếp tục bị nhiễm SARS khi họ tiếp xúc gần gũi với người bị nhiễm, chẳng hạn như những người ở chung nhà với một bệnh nhân bị SARS và các nhân viên chăm sóc sức khỏe không áp dụng các biện pháp kiểm soát nhiễm trùng khi chăm sóc cho bệnh nhân bị SARS. Tại Hoa Kỳ, không có dấu hiệu nào cho thấy bệnh lan tràn trong cộng đồng vào lúc này. CDC tiếp tục theo dõi sát tình hình.

QUÝ VỊ NÊN LÀM GÌ ĐỂ TỰ BẢO VỆ BẢN THÂN

CDC đã đưa ra các nguyên tắc hướng dẫn vào lúc này cho bệnh nhân bị nghi đã nhiễm SARS trong môi trường chăm sóc sức khỏe và ở nhà. Các nguyên tắc hướng dẫn này có thể thay đổi khi chúng tôi biết thêm về SARS. Nếu quý vị bị bệnh với các triệu chứng nói trên và đã gần gũi người có thể bị SARS, hãy đến bác sĩ và theo đúng các nguyên tắc hướng dẫn dưới đây.

CÁC NGUYÊN TẮC HƯỚNG DẪN

Nếu quý vị nghĩ là mình (hoặc người khác trong gia đình quý vị) có thể bị SARS, quý vị nên:

- Hỏi bác sĩ càng sớm càng tốt.
- Dùng khăn che miệng và mũi khi ho hoặc nhảy mũi. Nếu quý vị có mặt nạ giải phẫu, hãy đeo mặt nạ khi gần gũi người khác. Mặt nạ có thể giảm bớt số lượng hạt li ti bay trong không khí.

BẢN DỮ KIỆN: THÔNG TIN VỀ SARS VÀ HƯỚNG DẪN PHÒNG NGỪA

(tiếp theo trang trước)

Nếu quý vị bị SARS và đang được chăm sóc ở nhà, quý vị nên:

- Theo đúng chỉ dẫn của bác sĩ.
- Giới hạn các sinh hoạt ngoài nhà trong thời hạn 10 ngày. Thí dụ, đừng đi làm, đi học, hoặc đến những chỗ công cộng.
- Rửa tay kỹ thường xuyên, nhất là sau khi hỉ mũi.
- Dùng khăn che miệng và mũi khi nháy mũi hay ho.
- Nếu có thể được, đeo mặt nạ giải phẫu khi ở gần người khác trong nhà. Nếu quý vị không thể đeo mặt nạ, những người trong nhà nên đeo mặt nạ khi họ ở gần quý vị.
- Đừng dùng chung dao nĩa, khăn, hoặc chăn mền với bất cứ người nào trong nhà nếu chưa rửa giặt bằng nước nóng và xà bông.
- Rửa sạch các bề mặt (mặt quầy hoặc mặt bàn, nắm đấm cửa, thiết bị trong phòng tắm, v.v...) nào đã bị ô nhiễm chất dịch trong người (mồ hôi, nước miếng, đàm rãi, hoặc ngay cả khi ỉa hoặc tiểu) của bệnh nhân bị SARS bằng thuốc khử trùng trong nhà theo đúng chỉ dẫn của hãng chế tạo. Khi chùi rửa, hãy đeo bao tay loại dùng một lần. Vứt các bao tay này khi quý vị xong việc. Đừng dùng lại.
- Theo đúng các chỉ dẫn này trong 10 ngày sau khi cơn sốt và các triệu chứng về hô hấp của quý vị đã hết.

Nếu quý vị chăm sóc cho người khác bị SARS ở nhà, quý vị nên:

- Nhớ nhắc người bị SARS đến bác sĩ và theo đúng chỉ dẫn về thuốc men và chăm sóc.
- Nhớ nhắc mọi người trong nhà phải rửa tay thường xuyên bằng xà bông và nước nóng hoặc dùng giấy rửa tay bằng cồn.
- Đeo bao tay loại dùng một lần nếu quý vị tiếp xúc trực tiếp với các chất dịch trong người bệnh nhân bị SARS. Tuy nhiên, việc đeo bao tay vẫn không thay thế được cho vệ sinh tay kỹ lưỡng. Sau khi tiếp xúc với chất dịch trong người của bệnh nhân bị SARS, tháo bao tay, vứt đi, và rửa tay. Đừng rửa hoặc dùng lại bao tay.
- Khuyến khích người bị SARS dùng khăn che miệng và mũi khi ho hoặc nháy mũi. Nếu có thể được, người bị SARS nên đeo mặt nạ giải phẫu khi gần gũi người khác trong nhà. Nếu người bị SARS không thể đeo mặt nạ giải phẫu, những người khác trong nhà nên đeo khi ở chung phòng với người đó.
- Đừng dùng dao nĩa, khăn, chăn mền, quần áo hoặc các vật dụng khác chung với người bị SARS nếu chưa rửa giặt bằng nước nóng và xà bông.
- Rửa sạch các bề mặt (mặt quầy hoặc mặt bàn, nắm đấm cửa, thiết bị trong phòng tắm, v.v...) nào đã bị ô nhiễm chất dịch trong người (mồ hôi, nước miếng, đàm rãi, hoặc ngay cả khi ỉa hoặc tiểu) của bệnh nhân bị SARS bằng thuốc khử trùng trong nhà theo đúng chỉ dẫn của hãng chế tạo. Khi chùi rửa, hãy đeo bao tay loại dùng một lần. Vứt các bao tay này khi quý vị xong việc. Đừng dùng lại.
- Theo đúng các chỉ dẫn này trong 10 ngày sau khi cơn sốt và các triệu chứng về hô hấp của người bệnh đã hết.
- Nếu quý vị bị sốt hoặc có các triệu chứng về hô hấp, hãy liên lạc ngay với bác sĩ và cho biết là quý vị đã gần gũi một bệnh nhân bị SARS.

Muốn biết thêm chi tiết, hãy đến <http://www.cdc.gov/ncidod/sars/>, hoặc gọi cho đường dây đáp ứng công chúng của CDC tại số (888) 246-2675 (Anh ngữ), (888) 246-2857 (Tây Ban Nha), hoặc (866) 874-2646 (TTY)

CDC bảo vệ sức khỏe và an toàn của mọi người bằng cách phòng ngừa và kiểm soát bệnh tật và thương tích; nâng cao các quyết định về sức khỏe bằng cách cung cấp chi tiết khả tín về các vấn đề sức khỏe quan trọng; và quảng bá cách sống khỏe mạnh bằng cách hợp tác vững chắc với các tổ chức địa phương, toàn quốc, và quốc tế.