



SEVERE ACUTE RESPIRATORY SYNDROME

Khuyến Cáo Du Khách về SARS

Sơ Lược

- Hội chứng hô hấp cấp tính nặng (SARS) là một căn bệnh mới về đường hô hấp được biết xảy ra cho những người du lịch đến Trung Quốc, Hồng Kông, Singapore, và Hà Nội (Việt Nam).
- 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 bắt đầu bị hụt hơi. Sau 2 đến 7 ngày, người đó có thể bị ho khan và khó thở.
- Các chuyên gia sức khỏe cộng đồng nghĩ rằng SARS lan truyền khi mọi người gần gũi với nhau. Thí dụ, bệnh này có thể lây từ người bị bệnh SARS sang các nhân viên chăm sóc sức khỏe cho họ hoặc những người trong gia đình. SARS dễ lây nhất khi có người bị SARS 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. SARS xem ra không lan truyền dễ dàng khi tiếp xúc sơ sài trong những đám đông người.
- Tổ Chức Y Tế Thế Giới và Các Trung Tâm Kiểm Soát và Phòng Ngừa Bệnh Tật (Centers for Disease Control and Prevention, CDC) vẫn đang nghiên cứu nguyên nhân gây ra SARS.
- Muốn biết thêm về SARS, hãy đến www.cdc.gov/ncidod/sars/index.htm.
- Mỗi ngày đều có dữ kiện mới về SARS. Hãy đọc chi tiết mới nhất về số người bị SARS và các quốc gia nào bị ảnh hưởng, tại www.cdc.gov/od/oc/media/sars.htm và www.who.int/csr/sarscountry/en/.

Trước khi quý vị du lịch

- Đừng đi Trung Quốc, Hồng Kông, Singapore, và Hà Nội, trừ phi quý vị bắt buộc phải đi. Quý vị vẫn có thể đi Canada. SARS hiện nay xem ra không lan tràn tại đó.
- Nhớ chủng ngừa đầy đủ. Hãy đến bác sĩ ít nhất từ 4 đến 6 tuần trước khi du lịch để chủng ngừa và lấy các dữ kiện cần thiết. Muốn biết thêm về khuyến cáo du lịch ngoại quốc của CDC, xem www.cdc.gov/travel.
- Xem lại bảo hiểm sức khỏe của quý vị. Quý vị có thể cần thêm bảo hiểm để di tản y tế phòng trường hợp quý vị bị bệnh ở ngoại quốc. Muốn biết thêm chi tiết về vấn đề này, hãy đến www.travel.state.gov/medical.html.
- Hỏi Bộ Ngoại Giao Hoa Kỳ (U.S. Department of State, DOS) về các dịch vụ chăm sóc sức khỏe tại quốc gia quý vị đến thăm. DOS có danh sách các bác sĩ và cơ sở y tế ngoại quốc tại www.travel.state.gov/acs.html#medical.

Nếu quý vị bị bệnh khi đang du lịch tại nơi bị SARS

- Hãy đến bác sĩ và cho biết quý vị lo ngại là đã tiếp xúc với SARS.
- Đừng du lịch khi đang bệnh. Tránh tiếp xúc với người khác càng nhiều càng tốt để giúp ngăn ngừa lan tràn bất cứ căn bệnh truyền nhiễm nào quý vị có thể đang bị.
- Nếu quý vị không biết bác sĩ nào ở ngoại quốc, hãy gọi cho sứ quán hoặc tòa lãnh sự Hoa Kỳ để hỏi tên của một bác sĩ.
- Cũng như tất cả mọi căn bệnh truyền nhiễm, cách hay nhất để không bị bệnh là rửa tay thường xuyên bằng xà bông và nước. Nếu quý vị không có xà bông và nước, dùng giấy lau tay có tẩm cồn.

Khuyến Cáo Du Khách về SARS

(tiếp theo trang trước)

Khi quý vị từ những nơi bị nhiễm SARS trở về

- Nếu quý vị bị bệnh khi đang du lịch hoặc bị bệnh sau khi về nhà, hãy đến bác sĩ ngay. Cho bác sĩ biết các triệu chứng của quý vị và những nước quý vị đã đến thăm. Quý vị có thể được yêu cầu điền một mẫu về bệnh của mình và thông báo tên và địa chỉ của quý vị cho giới chức y tế công cộng.
- Nếu quý vị rời một nơi bị nhiễm SARS, nhân viên phỏng vấn có thể hỏi quý vị về tình trạng sức khỏe trước khi quý vị lên máy bay.
- Nếu quý vị từ những nơi bị nhiễm SARS trở về, quý vị sẽ được giao một thẻ cảnh giác du lịch khi xuống phi trường. Nếu quý vị không bị bệnh và cũng không bị bệnh khi ở nước ngoài nhưng có thể đã tiếp xúc với người bị SARS, hãy kiểm soát sức khỏe của quý vị trong 10 ngày tới.