

# Quay lại với nhịp sống bình thường nhưng vẫn tiếp tục nỗ lực ngăn ngừa dịch bệnh lây lan!

Hướng đến năm tài chính mới, nỗ lực ngăn ngừa dịch bệnh lây lan là việc rất quan trọng. Mong rằng tất cả chúng ta sẽ quay lại với nhịp sống bình thường nhưng vẫn **tiếp tục thực hiện các biện pháp ngăn ngừa lây lan cơ bản** và **đi khám bệnh tại các cơ sở y tế một cách thích hợp**.

Từ ngày 13 tháng 3, việc **đeo khẩu trang về cơ bản do cá nhân quyết định**. Xin hãy lưu ý tránh cường chế, yêu cầu đeo hoặc tháo khẩu trang ngược với ý chí, nguyện vọng của cá nhân đó.

## 1. Tiếp tục nỗ lực ngăn ngừa dịch bệnh lây lan

- Xin **hãy tiếp tục thực hiện các biện pháp ngăn ngừa lây lan cơ bản** như: tránh “3 mật”, rửa tay, khử trùng tay và ngón tay, thông khí một cách hiệu quả, đeo hoặc tháo khẩu trang thích hợp v.v.
- **Những người có triệu chứng, những người dương tính hoặc có người sống cùng nhà dương tính với Corona chủng mới xin hãy hạn chế đi ra ngoài để không làm dịch bệnh lây lan sang những người xung quanh.** Trường hợp bất khả kháng như khi đi khám bệnh v.v., xin hãy **đeo khẩu trang và tránh nơi đông người**.

## 2. Khi có triệu chứng như sốt, ho, đau họng v.v., hãy liên lạc, trao đổi trước rồi mới đến khám

- **Hãy đến khám tại các cơ sở y tế khi có triệu chứng như sốt v.v.** Khi đó, **hạn chế đến thẳng cơ sở y tế mà trước hết hãy trao đổi với bác sĩ quen thăm khám hay Trung tâm tổng đài tư vấn sức khỏe**, hoặc tham khảo danh sách công khai các cơ sở y tế nhận thăm khám, xét nghiệm khi có triệu chứng sốt v.v., **liên lạc với những nơi đó trước rồi mới đến khám**.
- Khi đến khám, hãy tuân theo hướng dẫn của cơ sở y tế như đeo khẩu trang v.v.

## 3. Hãy đeo khẩu trang thích hợp tùy từng tình huống

- **Khuyến khích** đeo khẩu trang khi (1) **đi khám tại các cơ sở y tế**, (2) **đến thăm các cơ sở y tế hoặc cơ sở chăm sóc người cao tuổi**, (3) **lên tàu hoặc xe bus đông người** như khi vào giờ cao điểm v.v.
- **Hãy tuân thủ** nếu cơ sở y tế hoặc cơ sở chăm sóc người cao tuổi v.v. có quy định riêng về việc đeo khẩu trang
- **Những người có nguy cơ cao tình trạng sẽ trở nên nghiêm trọng khi dịch Corona chủng mới bùng phát** (người cao tuổi, người có bệnh nền, thai phụ v.v.), thì đeo khẩu trang là biện pháp hữu hiệu trong việc bảo vệ bản thân khỏi bị lây nhiễm **khi đi đến những nơi đông người**.