

# Yêu cầu thực hiện triệt để việc ngăn chặn làn sóng lây nhiễm thứ 6 lan rộng!

Hôm nay, tỉnh Hyogo đã được chỉ định là khu vực thực hiện “Các biện pháp trọng điểm để ngăn chặn sự lây nhiễm lan rộng, v.v.”.

Do biến thể Omicron với khả năng lây nhiễm cực kỳ mạnh, làn sóng lây nhiễm thứ 6 vẫn tiếp tục lan rộng với số người nhiễm mới đã đạt mức cao kỷ lục là 3.360 người vào ngày hôm nay, v.v. Để ngăn chặn tình trạng hệ thống y tế bị quá tải và cũng để không làm trì trệ các chức năng xã hội, yêu cầu tất cả cư dân trong tỉnh **mỗi người đều phải có ý thức cao về việc nhất định phải ngăn chặn sự lây nhiễm lan rộng**, và thực hiện triệt để các nỗ lực sau đây.

## 1. Nỗ lực thực hiện các biện pháp phòng chống lây nhiễm cơ bản

- Thực hiện triệt để các biện pháp phòng chống lây nhiễm cơ bản trong sinh hoạt hàng ngày như đeo khẩu trang phù hợp (khuyến khích đeo khẩu trang y tế), rửa tay, khử trùng tay và ngón tay, thực hiện **Không K** (tránh 3K (Không gian kín - Khu vực đông đúc - Khoảng cách tiếp xúc gần)), đảm bảo khoảng cách giữa người với người, thông gió, v.v.
- Các trường hợp nhiễm bệnh ở người trẻ từ 39 tuổi trở xuống đang chiếm 70%. Hết sức cẩn thận khi “di chuyển, thay đổi không gian” ở trường học hoặc nơi làm việc, v.v. (phòng trong câu lạc bộ, phòng sinh hoạt hoặc khi đến và rời khỏi trường, phòng nghỉ giải lao, phòng ăn, phòng thay đồ, phòng hút thuốc, v.v.), và thực hiện triệt để các biện pháp phòng chống lây nhiễm.
- Thực hiện triệt để các biện pháp phòng chống lây nhiễm tại nhà như rửa tay và khử trùng tay sau khi trở về nhà, quản lý sức khỏe gia đình, v.v.
- Trường hợp cảm thấy không khỏe thì đến các cơ sở y tế thăm khám và người nào cảm thấy bất an về việc lây nhiễm thì hãy làm xét nghiệm PCR, v.v. miễn phí.

## 2. Tránh các hành động có nguy cơ lây nhiễm cao

- Hãy hoạt động với ít người, tránh những địa điểm và thời gian đông đúc nhất có thể.
- Hạn chế ra vào nhà hàng, v.v. ngoài thời gian được kiến nghị, và tuyệt đối không thực hiện các hành vi có nguy cơ cao như uống rượu, v.v. trước cửa hàng, trên đường phố, trong công viên, v.v.
- Hạn chế trò chuyện lớn tiếng, khi ăn uống tiệc tùng không được ngồi quá 4 người một bàn đối với các cửa hàng được chứng nhận là cửa hàng có biện pháp phòng chống corona thích hợp (còn đối với các cửa hàng không được chứng nhận thì không được quá 4 người cùng một nhóm đi vào cửa hàng), chỉ ngồi ăn uống trong khoảng 2 tiếng, và phải thực hiện triệt để việc đeo khẩu trang khi trò chuyện.
- Những cơ sở thu hút đông khách đến sử dụng thì hãy thực hiện triệt để các biện pháp phòng chống lây nhiễm như đảm bảo khoảng cách giữa người với người, đeo khẩu trang, khử trùng tay và ngón tay, v.v.
- Trường hợp có các triệu chứng phát sốt, v.v., hãy hạn chế đi du lịch, tham gia sự kiện, v.v.

## 3. Tích cực tiêm vắc xin

- Cùng với việc tích cực tiêm vắc xin, yêu cầu thực hiện triệt để các biện pháp phòng chống lây nhiễm cơ bản sau khi tiêm chủng.