PHÒNG GD&ĐT ĐÔNG TRIỀU

**TRƯỜNG TIỂU HỌC MẠO KHÊ B**

**BÀI TUYÊN TRUYỀN**

**CÁC BIỆN PHÁP PHÒNG CHỐNG BỆNH COVID-19**

**Thời gian:** 13/09/2021

**Hình thức:** Tuyên truyền trước cờ

**Người thực hiện:** Nguyễn Thị Duyên

**Chức vụ:** Nhân viên kiêm nhiệm y tế

**NỘI DUNG**

Covid – 19 là một đại dịch truyền nhiễm gây ra bởi virus SARS-CoV-2, gây viêm đường hô hấp cấp ở người và có khả năng lây lan từ người sang người. Các triệu chứng bao gồm: sốt, ho và khó thở, xuất hiện từ 2 đến 14 ngày sau khi tiếp xúc với nguồn bệnh.

**1. Điều tránh làm trong phòng ngừa và điều trị COVID-19**

Những biện pháp sau đây KHÔNG được khuyến cáo trong việc điều trị COVID-19 bởi chúng không có hiệu quả và có thể gây nguy hiểm:

- Hút thuốc.

- Tự uống thuốc, ví dụ như kháng sinh - Đeo nhiều khẩu trang cùng lúc để tối ưu mức bảo vệ.

Trong bất kì trường hợp nào, nếu bạn bị sốt, ho kéo dài và cảm thấy khó thở, hãy đi khám để giảm thiểu nguy cơ bệnh trở nên nặng hơn và kể cho nhân viên y tế biết bạn đã đi những đầu trong thời gian gần đây.

Kháng sinh không có tác dụng đối với vị rút mà chỉ hiệu quả với các loại nhiễm khuẩn do vi khuẩn gây ra. Vi rút corona chủng mới là một loại vi rút và vì thế, không thể dùng kháng sinh để ngăn ngừa và điều trị loại vi rút này.

**2. Cách phòng ngừa COVID-19**

Mọi người có thể tự bảo vệ mình thông qua các biện pháp dưới đây:

- Duy trì khoảng cách giao tiếp từ 1-2 mét giữa bạn và người khác, đặc biệt là những người đang ho, hắt hơi và bị sốt.

- Tránh sờ vào mắt, mũi và miệng.

- Rửa tay thường xuyên bằng dung dịch rửa tay có cồn hoặc với xà phòng và nước.

- Nếu bị sốt, ho và khó thở, hãy đi khám sớm và kể cho nhân viên y tế biết chi tiết trước đó bạn đã đi những đâu.

- Bảo đảm chế độ ăn uống cân bằng, ngủ đủ giấc và thực hiện các biện pháp phòng ngừa bệnh cúm thông thường

**3. Bộ Y tế đưa ra khuyến cáo giúp cho người dân có hướng dẫn cụ thể khi có những biểu hiện (Sốt, ho, đau họng, khó thở trong tình hình dịch bệnh COVID-19 như hiện nay**

- Đeo khẩu trang và tự cách ly ở một phòng riêng, thoáng khí hoặc ở một vị trí trong nhà, giữ khoảng cách với mọi người ít nhất 2 mét;

- Gọi điện cho đường dây nóng của cơ quan y tế địa phương hoặc của Bộ Y tế (số điện thoại 1900 3228 hoặc 1900 9095) để được tư vấn và đến ngay cơ sở y tế để khám và điều trị; Đeo khẩu trang trong suốt quá trình di chuyển đến cơ sở y tế;

- Che kín mũi, miệng khi họ hoặc hắt hơi bằng khuỷu tay áo, khăn vải hoặc khăn tay hoặc khăn giấy; Thải bỏ khẩu trang, khăn giấy sau khi sử dụng vào thùng rác có nắp đậy kín hoặc vào túi và buộc kín miệng;

- Rửa tay thường xuyên với xà phòng đặc biệt sau khi ho, hắt hơi, sau khi thải bỏ khẩu trang, khăn giấy,

- Sử dụng riêng đồ dùng cá nhân như cốc uống nước, bát đũa...

- Hạn chế sử dụng phương tiện công cộng, không đến chỗ đông người, nơi làm việc, trường học;

- Thông báo với người sử dụng lao động, nhà trường và những người liên quan.

**NGƯỜI DUYỆT NGƯỜI THỰC HIỆN**

**Nguyễn Thị Phượng Nguyễn Thị Duyên**