**NHỮNG AI PHẢI CÁCH LY Y TẾ TẠI NHÀ DO COVID-19?**

Mỗi cá nhân phải có trách nhiệm phòng bệnh cho mình và cho cộng đồng từ hiểu biết bệnh tật, khai báo đến thực hiện các dự phòng cá nhân. Cách ly là một trong nhiều giải pháp trong phòng chống dịch bệnh Covid-19. Hiện có 3 tầng cách ly:

1. **Thứ nhất cách ly tại cơ sở y tế với những ca bệnh nghi ngờ nhiễm, ca nhiễm virus corona chủng mới (SARS-Cov-2/nCoV) gây dịch bệnh Covid-19 và người tiếp xúc gần với người nhiễm;**
2. **Thứ hai, cách ly tập trung với những người trở về từ vùng dịch;**
3. **Thứ ba, cách ly tại cộng đồng (tại nhà) với những người chưa có dấu hiệu của bệnh nhưng có tiếp xúc với người nghi nhiễm.**

***Biện pháp cách ly trong vòng 14 ngày là đặc biệt quan trọng đối với những người có tiếp xúc gần với các trường hợp bị bệnh, các trường hợp nghi ngờ và các trường hợp đi về từ vùng có dịch Covid-19.***

**Dưới đây là những nội dung cần phải biết khi thực hiện cách ly y tế tại nhà, nơi lưu trú.**

1. **Những ai cần phải cách ly?**

Những người không có các triệu chứng nghi nhiễm bệnh (ho, sốt, khó thở) và có một trong những yếu tố sau cần phải cách ly tại nhà, nơi lưu trú:

- Sống trong cùng nhà, nơi lưu trú với trường hợp bệnh xác định hoặc trường hợp bệnh nghi ngờ trong thời gian mắc bệnh;

- Cùng làm việc với trường hợp bệnh xác định hoặc trường hợp bệnh nghi ngờ trong thời gian mắc bệnh;

- Cùng nhóm du lịch, đoàn công tác, nhóm vui chơi với trường hợp bệnh xác định hoặc trường hợp bệnh nghi ngờ trong thời gian mắc bệnh;

- Có tiếp xúc gần trong vòng 2 m với trường hợp bệnh xác định hoặc trường hợp bệnh nghi ngờ trong trong thời gian mắc bệnh ở bất kỳ tình huống nào;

- Ngồi cùng hàng hoặc trước sau hai hàng ghế trên cùng một chuyến xe/toa tàu/máy bay với trường hợp bệnh xác định hoặc trường hợp bệnh nghi ngờ;

- Người nước ngoài nhập cảnh vào Việt Nam từ vùng có dịch trong vòng 14 ngày kể từ ngày nhập cảnh.

- Có tiếp xúc gần trong vòng 2 m với trường hợp bệnh xác định hoặc trường hợp bệnh nghi

1. **Thời gian cách ly bao lâu?**

- Cách ly tối đa 14 ngày, số ngày cách ly cụ thể được tính từ ngày tiếp xúc lần cuối với trường hợp bệnh xác định hoặc trường hợp bệnh nghi ngờ hoặc từ ngày nhập cảnh vào Việt Nam.

- Khi người nghi ngờ mắc bệnh được chẩn đoán loại trừ không mắc bệnh thì những người được cách ly có liên quan sẽ kết thúc việc cách ly.

1. **Trong thời gian cách ly y tế cần làm gì?**

- Chấp hành việc tự cách ly tại nhà, nơi lưu trú đúng thời gian quy định, tốt nhất cách ly ở một phòng riêng. Trong trường hợp gia đình, nơi lưu trú không có phòng riêng thì giường ngủ của người được cách ly nên cách xa giường ngủ của các thành viên khác trong gia đình ít nhất 2 m.

- Phòng cách ly nên đảm bảo thông thoáng khí, thường xuyên được vệ sinh, hạn chế các đồ đạc vật dụng trong phòng, nơi cách ly.

- Tự đo nhiệt độ cơ thể ít nhất 2 lần (sáng, chiều) một ngày; ghi chép kết quả đo và tình trạng sức khỏe chung vào phiếu theo dõi sức khỏe hàng ngày.

- Hàng ngày hạn chế ra khỏi phòng riêng, hạn chế tiếp xúc trực tiếp với người trong gia đình, nơi lưu trú cũng như những người khác; tự theo dõi sức khỏe; thực hiện các biện pháp vệ sinh cá nhân, đeo khẩu trang, thường xuyên rửa tay bằng xà phòng hoặc dung dịch sát khuẩn khác.

- Hàng ngày thông báo cho cán bộ y tế xã, phường, thị trấn được phân công phụ trách theo dõi 2 lần sáng, chiều về kết quả đo nhiệt độ và tình hình sức khỏe của bản thân.

- Thông báo ngay cho cán bộ y tế xã, phường, thị trấn được phân công phụ trách theo dõi ngay khi có một trong các triệu chứng nghi ngờ mắc bệnh: sốt, ho, khó thở.

- Không được tự động rời khỏi nhà, nơi lưu trú; Không ăn chung cùng với những người khác trong gia đình, nơi lưu trú.

- Người được cách ly phải thu gom khẩu trang, khăn, giấy lau mũi, miệng đã qua sử dụng vào túi đựng rác thải riêng và để gọn vào góc phòng của người được cách ly.

1. **Các thành viên ở gần người cách ly phải làm gì?**

- Hàng ngày hạn chế tiếp xúc với người được cách ly, đeo khẩu trang và giữ khoảng cách tối thiểu 2 mét khi cần tiếp xúc.

- Hàng ngày lau nền nhà, bề mặt dụng cụ, tay nắm cửa ở gia đình, nơi lưu trú bằng xà phòng hoặc các chất khử trùng hoặc chất tẩy rửa thông thường.

- Giúp đỡ, động viên, chia sẻ với người được cách ly trong suốt thời gian cách ly.

- Thông báo ngay cho cán bộ y tế xã, phường, thị trấn được phân công phụ trách theo dõi khi người được cách ly có một trong các triệu chứng nghi ngờ mắc bệnh: sốt, ho, khó thở.

- Hỗ trợ phương tiện vệ sinh, xà phòng, dung dịch sát khuẩn, khẩu trang cho người được cách ly, nếu có yêu cầu.

- Không tổ chức hoạt động đông người tại gia đình, nơi lưu trú.