



ACCÉSSS

Alliance des Communautés Culturelles pour
l'Égalité dans la Santé et les Services Sociaux

Những điều cần biết về Vi- rút CORONA (Covid-19)

Đến nay, Tổ Chức Y Tế Thế Giới đã thông báo Covid-19 đang là **một đại dịch toàn cầu**. Ở Québec, sự lây lan của dịch bệnh đang được kiểm soát tốt. Nhưng trong những tuần tới, nguy cơ lây lan sẽ nguy cấp hơn. Chính phủ đang dùng **tất cả các biện pháp cần thiết** để đối phó với đại dịch này.

Vi- rút Covid-19 là gì?

Vi- rút Covid 19 một loại virus cùng họ với Coronavirus. Nó gây ra nhiều tác hại nghiêm trọng cho sức khỏe mọi người, **đặc biệt ở người lớn tuổi, người có bệnh mãn tính và hệ miễn dịch suy yếu.**

Triệu chứng của Vi- rút Covid-19 là những triệu chứng nào?

Những triệu chứng của COVID-19 gần giống như cảm cúm thường. Cụ thể là:

- Nóng sốt cao và xuất hiện đột ngột
- Ho
- Mệt mỏi
- Mất vị giác, mất khứu giác (không ngửi được mùi)
- Khó thở

Có phải mọi người đều có cùng triệu chứng không?

Có người bị nhiễm bệnh rồi tự lành bệnh mà không hề có triệu chứng, không cần điều trị. Có người bị đau nhức, chảy nước mũi, và bị tiêu chảy ngày càng nặng.

Các triệu chứng có thể rất nhẹ (như cảm cúm thường) hoặc nặng hơn (như bị viêm phổi, khó thở, suy thận). Các trường hợp nhiễm nặng sẽ dẫn đến tử vong.

Bộ phận nào của cơ thể dễ bị tổn thương nhất?

Mũi, cổ họng và phổi.

Bệnh gây ra bởi Vi- rút COVID-19 lây lan bằng cách nào?

Bệnh này có thể lây lan:

- Khi tiếp xúc trực tiếp với nước bọt, nước mũi văng ra từ người bệnh ho và hắt hơi.

- Khi tiếp xúc gần và lâu dài bên người bị nhiễm.
- Khi tay mình tiếp xúc với các vật hoặc các nơi bị nhiễm do nước bọt, nước mũi và nước mắt của người bệnh.

Thời gian sinh tồn của Vi- rút COVID-19 là bao lâu?

Thông thường, Vi- rút COVID-19 có thể sống sót khá lâu trên đồ vật.

- 72 giờ (3 ngày) trên các vật khô
- 6 ngày trên các vật ướt hoặc các bề mặt ẩm ướt.

Phải làm sao khi có triệu chứng ?

Mọi người dân Québec trở về từ những chuyến du lịch ngoài Canada và có triệu chứng sốt, ho, khó thở, hãy lập tức liên lạc tới số: **1-877-644-4545**.

Nhiều trạm xét nghiệm dịch bệnh đã được lập để nhanh chóng chẩn đoán cho những người có thể bị nhiễm. **Phải liên lạc với số điện thoại trên trước khi đến các trạm này.**

Khi đến bệnh viện, phải khai báo nếu mình đã từng du lịch ở nước ngoài từ đầu năm 2020, hay đã tiếp xúc với những người vừa đến Canada từ nước ngoài.

Có thuốc ngừa hay thuốc trị bệnh này chưa ?

Hiện tại, chưa có thuốc ngừa cũng không có thuốc chuyên trị. Người bệnh chỉ được chữa trị bởi các loại thuốc hỗ trợ giúp giảm các triệu chứng.

Phần lớn người bị nhiễm tự khỏi bệnh.

Cách tốt nhất để tự bảo vệ mình chống lại coronavirus là thực hiện các phương thức phòng bệnh sau đây

Làm thế nào ngăn chặn sự lây lan của Vi- rút COVID-19?

Dưới đây là những nguyên tắc vệ sinh cơ bản mà mọi người nên thực hiện:

- Thường xuyên rửa tay với xà phòng và nước ấm trong 20 giây
- Dùng chất khử trùng có cồn khi không có nước và xà phòng
- Khi ho hoặc hắt hơi, nhớ che mũi bằng cánh tay để tránh lây lan cho người xung quanh
- Bỏ khăn giấy đã sử dụng vào thùng rác, và rửa tay lập tức.
- Trong vòng 14 ngày, nếu từ nước ngoài về, tránh thăm thân nhân trong bệnh viện hoặc trong các trung tâm chăm sóc người bệnh.
- Tránh tiếp xúc trực tiếp, tránh bắt tay hoặc ôm hôn nhau

Tổng cục y tế Montréal xác nhận rằng tất cả mọi người, bất kể tình trạng nhập cư, bất kể họ có bảo hiểm y tế hay không đều được xét nghiệm Vi- rút covid -19.

Những địa chỉ hữu ích :

Số điện thoại để được tư vấn tổng quát về Covid-19 :

1 877 644 4545, thứ 2 đến thứ 6, từ 8 giờ đến 18 giờ

Số điện thoại của chính phủ Canada để thông tin cho người dân về Covid-19 :

1 (833) 784-4397

<https://santemontreal.qc.ca/population/coronavirus-covid-19>

Chính phủ Québec: <https://www.quebec.ca/sante/problemes-de-sante/a-z/coronavirus-2019/#c46333>

Tổ Chức Y Tế Thế Giới/OMS :

<https://www.who.int/fr/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019>

© Văn kiện này do Liên minh các cộng đồng văn hóa vì sự bình đẳng trong y tế và các dịch vụ xã hội ACCÉSSS soạn thảo.

Dịch sang tiếng việt bởi Nguyễn Mộng Hiếu