

## **HƯỚNG DẪN CÁCH LY Y TẾ TẠI NHÀ**

(Thực hiện theo quyết định 879/QĐ – BYT ngày 12 tháng 3 năm 2020 của Bộ Y tế về việc ban hành “ Hướng dẫn cách ly y tế tại nhà, nơi lưu trú phòng chống dịch Covid – 19”).

### **1. Người được cách ly**

a) Chấp hành việc tự cách ly tại nơi ở, nơi lưu trú đúng thời gian quy định từ ngày nhận quyết định và có cam kết thực hiện tốt công tác phòng chống dịch với chính quyền địa phương

b) Tự đo thân nhiệt và tự theo dõi sức khỏe hàng ngày. Thông báo hàng ngày cho nhân viên y tế xã, thị trấn về kết quả đo nhiệt độ và tình hình sức khỏe của bản thân.

c) Thông báo ngay cho nhân viên y tế xã, thị trấn được phân công phụ trách theo dõi ngay khi có một trong các triệu chứng nghi ngờ mắc bệnh: sốt, ho, đau họng, khó thở.

d) 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; Trường hợp cần thiết phải ra khỏi phòng riêng bắt buộc phải thực hiện tốt 5k.

- Nếu không có phòng riêng thì bố trí giường ngủ của người được cách ly cách xa ít nhất 2m với giường của các thành viên khác trong gia đình.

- Trường hợp nhà hẹp không bố trí đủ khoảng cách giường cách giường 2m thì có thể kê 2 giường cách nhau 1 mét nhưng phải có tấm chắn ngăn cách giữa 2 giường.

đ) Không được ra khỏi nơi ở, nơi lưu trú trong suốt thời gian cách ly.

e) Không được dùng chung các đồ dùng vật dụng cá nhân: bát, thìa, thìa, cốc, bàn chải đánh răng, khăn mặt...

f) Thu gom khẩu trang, khăn, giấy lau mũi, miệng đã qua sử dụng vào túi đựng rác thải riêng để xử lý theo quy định.

g) Không ăn chung, không ngủ chung , sinh hoạt chung cùng với những người khác trong gia đình, nơi ở, nơi lưu trú.

h) Đảm bảo ăn uống đủ chất dinh dưỡng, uống đủ nước, vận động cơ thể, tập thể dục nhẹ nhàng tại chỗ.

## **2. Thành viên trong hộ gia đình, nơi ở, nơi lưu trú**

a) Hạn chế tiếp xúc với người được cách ly, đeo khẩu trang và giữ khoảng cách tối thiểu 2 mét khi cần tiếp xúc

( Nếu thực hiện tốt thì vẫn được ra khỏi nhà, khi ra khỏi nhà tiếp tục thực hiện 5k, còn không thì phải cam kết ở tại nhà cùng thời gian với người bị cách ly).

b) Lau nền nhà, bề mặt dụng cụ, tay nắm cửa ở nơi ở, nơi lưu trú hàng ngày ít nhất 4 lần bằng các chất tẩy rửa thông thường hoặc dung dịch Cloramin B Trạm y tế cấp.

- Trường hợp sử dụng nhà tắm chung, Toa lét chung: Yêu cầu người cách ly sau mỗi lần sử dụng phải chủ động lau khử trùng bằng dung dịch cloramin B trạm y tế cấp, không khạc nhổ bữa bãi khi sử dụng, không bỏ đồ dùng cá nhân, quần áo chung với của người khác trong gia đình.

- Người trong gia đình để ý kiểm tra, nhắc nhở và thực hiện tốt để phòng chống lây nhiễm trong gia đình.

c) Cung cấp xuất ăn riêng cho người được cách ly. Sau khi ăn xong chén, thìa, đũa... phải được rửa ngay, ngâm bằng dung dịch Cloramin B để khử trùng sau đó để riêng, hàng ngày cho người được cách ly sử dụng riêng dụng cụ đó.

d) Thông báo ngay cho nhân viên trạm y tế xã, thị trấn, chính quyền địa phương sở tại khi người được cách ly tự ý rời khỏi khu cách ly hoặc có một trong các triệu chứng nghi ngờ mắc bệnh: Sốt, ho, đau họng, khó thở.

đ) Không tổ chức liên hoan ăn uống, hoạt động đông người tại nơi ở.

e) Giúp đỡ, động viên với người được cách ly trong suốt thời gian cách ly.

---