



Hướng dẫn chăm sóc bệnh nhân COVID-19 tại nhà

Nhận biết các triệu chứng của COVID-19

Các triệu chứng điển hình của COVID-19



Sốt



Ho



Đau họng



Mất vị giác/
khứu giác



Đau cơ



Đau đầu

Các triệu chứng nặng của COVID-19



Sốt cao



Đau ngực



Khó thở



Hoa mắt



Tím tái



Chóng mặt, lơ đãng



Không thể ra khỏi giường hay tự chăm sóc bản thân



Nếu bạn hoặc bất cứ người nào bạn quen biết có các triệu chứng của COVID-19, hãy gọi ngay đến đường dây nóng tư vấn COVID-19 của tỉnh/thành nơi bạn đang sống để được hỗ trợ.

Để tự chăm sóc bản thân, người bệnh cần



Nghỉ ngơi trong **phòng riêng**, thông thoáng khí (nếu có thể), hoặc **đảm bảo giữ khoảng cách an toàn** với người khác



Luôn đeo khẩu trang y tế khi tiếp xúc với người khác



Đảm bảo bữa ăn **đầy đủ dinh dưỡng**



Uống nhiều nước để cơ thể không mất nước



Theo dõi nồng độ oxy theo hướng dẫn của nhân viên y tế



Không tự ý dùng thuốc. Chỉ sử dụng thuốc khi có chỉ định của nhân viên y tế



Nếu bạn thấy **khó thở, không thể ra khỏi giường** hay **tự chăm sóc bản thân, đau ngực, hoặc hoa mắt, chóng mặt, lơ đãng**, hãy **gọi ngay cho nhân viên y tế** để được hỗ trợ.

Hướng dẫn chăm sóc bệnh nhân COVID-19 tại nhà

Để bảo vệ người sống cùng, người bệnh cần



Luôn giữ khoảng cách với người khác, ở trong phòng riêng và thông thoáng khí (nếu có thể)



Luôn đeo khẩu trang. Tất cả mọi người trong nhà cần đeo khẩu trang khi tiếp xúc



Thường xuyên rửa sạch tay bằng xà phòng và nước hoặc dung dịch sát khuẩn tay



Sử dụng riêng đồ dùng ăn, uống, sinh hoạt



Để riêng rác thải vào trong thùng rác có nắp đậy và loại bỏ rác thải riêng



Mở cửa sổ để phòng luôn thông thoáng



Người chăm sóc cần đeo khẩu trang y tế và rửa sạch tay thường xuyên bằng xà phòng và nước hoặc với dung dịch sát khuẩn tay

Nếu bạn được bác sỹ khuyên dùng máy đo Nồng độ oxy (SpO2)



Hãy đảm bảo bạn biết sử dụng máy đo đúng cách. Nếu không biết cách sử dụng, hãy hỏi nhân viên y tế để được hướng dẫn



Hãy dùng máy để kiểm tra nồng độ oxy 3 lần một ngày hoặc theo hướng dẫn của nhân viên y tế

Bất kể nồng độ oxy của bạn là bao nhiêu, nếu bạn cảm thấy

☀️ khó thở ☀️ đau tức ngực ☀️ hoa mắt ☀️ chóng mặt

☀️ không thể ra khỏi giường hay tự chăm sóc bản thân

hãy gọi ngay cho nhân viên y tế để được hỗ trợ.



World Health Organization

Representative Office for Viet Nam

Cập nhật ngày 19/10/2021