



Hướng Dẫn Tạm Thời: Bảo Vệ Các Nhân Viên Cung Cấp Dịch Vụ Chăm Sóc Thân Chủ Tại Nhà Qua Khởi Đạt Dịch COVID-19 Ngày 19 tháng 3 năm 2020

ĐỐI TƯỢNG: Các nhân viên cung cấp dịch vụ chăm sóc tại nhà, ví dụ: các cơ quan chăm sóc sức khỏe tại nhà, nhân viên chăm sóc tại nhà và những dịch vụ chăm sóc cộng đồng dân cư.

BỐI CẢNH VÀ TÌNH HUỐNG:

Một số người phát bệnh nặng cần phải nhập viện, đặc biệt là người lớn tuổi và/hoặc người có tình trạng sức khỏe mãn tính như bệnh tim, bệnh phổi, tiểu đường, bệnh thận và hệ miễn dịch bị suy yếu. Người cao tuổi và người có bệnh trạng mãn tính thường là những người đang nhận dịch vụ chăm sóc tại nhà.

Những dấu hiệu và triệu chứng phổ biến nhất của COVID-19 cấp tính (triển phát mới) bao gồm sốt, ho, khó thở, mệt mỏi, đau nhức các cơ bắp, đau cổ họng và đau đầu. Những triệu chứng ít được báo cáo khi nhiễm dịch COVID-19 là buồn nôn cấp tính, nôn hoặc tiêu chảy. Hiện nay, chưa có vắc-xin nào ngăn ngừa bệnh COVID-19 và chưa có phương pháp điều trị nào khi phát hiện bị nhiễm COVID-19.

Xét nghiệm COVID-19 chưa được phổ biến rộng rãi và hiện đang ưu tiên cho những bệnh nhân mắc bệnh nặng nhất. Một vài thân chủ tại nhà bị bệnh cấp tính sẽ được xét nghiệm COVID-19, cho nên nhân viên chăm sóc tại nhà thường sẽ không biết thân chủ của họ bị nhiễm COVID-19 hoặc có một căn nguyên khác gây bệnh.

Khẩu trang N95, khi mang kín mặt đúng cách, bảo vệ người mang khỏi hít COVID-19. Tuy nhiên, hầu hết những nhân viên chăm sóc tại nhà chưa được huấn luyện cách sử dụng đeo khẩu trang N95 đúng cách.

Hiện nay nguồn cung cấp khẩu trang N95 cũng đang thiếu hụt. Hướng dẫn kiểm soát nhiễm bệnh mới nhất của Trung Tâm Kiểm Soát và Phòng Ngừa Dịch Bệnh (Centers for Disease Control and Prevention, CDC) cho biết trong môi trường chăm sóc sức khỏe, mặt nạ là một phương án thay thế được chấp nhận khi chuỗi cung cấp không thể đáp ứng nhu cầu. Khẩu trang N95 sẽ được ưu tiên sử dụng khi tiến hành bất kỳ thủ thuật nào khi tạo phun khí dung¹ (ví dụ như thông thoáng đường thở hoặc vỗ rung long đờm).

NHỮNG KHUYẾN CÁO : BẢO VỆ CÁC THÂN CHỦ

- Những nhân viên cung cấp dịch vụ chăm sóc không nên đi làm khi bị sốt hoặc có bệnh đường hô hấp.
- Các cơ quan phải đảm bảo rằng nhân viên được hưởng chế độ nghỉ ốm và được phép ở nhà khi đau ốm.
- Khi những nhân viên bị sốt, nhiễm trùng đường hô hấp, có triệu chứng giống bệnh cúm, hoặc có các triệu chứng của bệnh cấp tính khác trong khi làm việc, nên thông báo ngay cho người cai quản của họ, mang khẩu trang và rời khỏi chỗ làm, hãy lưu ý đến những người họ đã tiếp xúc với, những dụng cụ họ đã sờ vào và các địa điểm họ đã đi qua lại.
- Nhân viên cung cấp dịch vụ chăm sóc nên tham khảo ý kiến các trung tâm cung cấp dịch vụ y tế của họ và làm theo sự hướng dẫn của CDC về thời điểm an toàn để quay lại làm việc sau khi mắc bệnh, bao gồm các triệu chứng của bệnh COVID-19 (ngay cả khi nhân viên không được thử nghiệm chính thức hoặc chưa

¹ <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/infection-control/control-recommendations.html>



được chẩn đoán mắc COVID 19). Xem

<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/healthcare-facilities/hcp-return-work.html>.

- Nhân viên cung cấp dịch vụ chăm sóc cũng phải thực hiện các biện pháp phòng ngừa hàng ngày để tránh mắc bệnh, đồng thời phải hướng dẫn và khuyến khích thân chủ thực hiện tương tự, bao gồm:
 - Làm theo các khuyến cáo về cách ly xã hội để tránh các cuộc họp nhóm nhóm tụ tập đông người và ở nhà trừ khi thực hiện các dịch vụ thiết yếu (<https://www.sfdph.org/dph/alerts/coronavirus-healthorders.asp>)
 - Rửa tay thường xuyên bằng xà phòng và nước trong ít nhất 20 giây, đặc biệt là sau khi đi vệ sinh; trước khi ăn và sau khi xì mũi, ho hoặc hắt hơi. Nếu không có sẵn xà phòng và nước, hãy sử dụng nước rửa tay khô chứa ít nhất 60% ethanol. Luôn rửa tay bằng xà phòng và nước nếu tay bị bẩn.
 - Tránh chạm tay vào mắt, mũi và miệng khi chưa rửa tay.
 - Không dùng chung các đồ dùng cá nhân như bát đĩa, ly uống nước, dụng cụ ăn uống hoặc khăn giấy dệt.
 - Lau chùi các bề mặt cảm ứng cao tiếp xúc cao mỗi ngày, bao gồm các kệ, điện thoại, thiết bị điều khiển từ xa, tay nắm cửa, thiết bị cố định trong phòng tắm, bồn vệ sinh, bàn phím và bàn đầu giường. Sử dụng xà phòng và nước hoặc chất tẩy rửa khác nếu khu vực đó bị bẩn. Sau đó, hãy sử dụng dung dịch sát khuẩn gia dụng, phải chắc chắn làm theo hướng dẫn trên nhãn để đảm bảo sử dụng sản phẩm an toàn và hiệu quả. Nhiều sản phẩm khuyến cáo để bề mặt ướt nguyên trong vài phút để đảm bảo tiêu diệt các mầm bệnh. Một vài sản phẩm khuyến bảo các biện pháp thận trọng như đeo găng tay đảm bảo và thông không khí trong khi sử dụng sản phẩm.
 - Tiêm vắc-xin cúm hàng năm để giúp bảo vệ phòng ngừa bệnh cúm, với các triệu chứng tương tự bệnh COVID-19.

NHỮNG KHUYẾN CÁO – BẢO VỆ CÁC NHÂN VIÊN CŨNG CẤP DỊCH VỤ CHĂM SÓC

- Nếu không nhất thiết phải vào nhà để cung cấp dịch vụ, hãy thực hiện chuyển thăm qua điện thoại, hoặc hệ thống liên lạc nội bộ, hoặc từ một địa điểm ngoài trời như khu vực trước thềm cửa .
- Trước khi vào nhà, nhân viên cung cấp dịch vụ chăm sóc phải gọi điện trước, sử dụng hệ thống liên lạc nội bộ hoặc đứng bên ngoài cửa trong khi hỏi thăm về bệnh cấp tính hoặc chẩn đoán bệnh tình COVID-19.
 - Hỏi thăm coi có bất kỳ thành viên nào trong nhà có những triệu chứng cấp tính (đang triển phát) như sốt, ho, khó thở, mệt mỏi, đau nhức các cơ bắp, đau cổ họng, đau đầu, nôn, hoặc bị tiêu chảy.
 - Hỏi thăm coi có bất kỳ thành viên nào trong gia đình được chẩn đoán, đã xác nhận bị nhiễm COVID-19.
- Khi vào bất kỳ ngôi nhà nào, ngay cả một ngôi nhà không có người bệnh, hãy thực hành và tập tành các hành vi cách ly xã hội/cách ly vật lý. Ví dụ:
 - Vẫy tay chào hỏi thay vì bắt tay
 - Tránh sờ vào các bề ngoài mặt trong nhà chưa được lau chùi và sát trùng



- Trong phạm vi tối đa có thể, giữ khoảng cách tối thiểu 6 foot giữa nhân viên cung cấp dịch vụ chăm sóc và những thành viên khác trong nhà
- Nếu có thể, yêu cầu các thành viên trong gia đình, ngoài thân chủ, tạm thời chuyển sang phòng khác hoặc khu vực khác trong nhà, trong chuyến thăm với thân chủ
- Tiến hành chuyển thăm trong nơi thông thoáng (ví dụ: mở cửa sổ), nếu có thể.
- Nếu thân chủ hoặc thành viên khác trong gia đình bị sốt cấp tính (đang triển phát) như sốt, ho, khó thở, mệt mỏi, đau nhức các cơ bắp, đau cổ họng, đau đầu, nôn, hoặc bị tiêu chảy, hoặc được chẩn đoán, đã xác nhận bị nhiễm COVID-19, và không thể tiến hành cuộc thăm từ xa, nhân viên cung cấp dịch vụ chăm sóc nên đeo “Thiết Bị Bảo Hộ Cá Nhân” (personal protective equipment, PPE) để tiến hành cuộc thăm trong nhà. Nên đeo Thiết Bị Bảo Hộ Cá Nhân (PPE) trước khi vào nhà.
 - Đặt khẩu trang lên mũi và miệng của thân chủ nếu điều đó chưa được thực hiện
 - Thiết Bị Bảo Hộ Cá Nhân (PPE) "lý tưởng" bao gồm khẩu trang N95, găng tay và áo choàng dùng một lần, bảo vệ mắt bằng kính bảo hộ hoặc mặt nạ che mặt. Thiết Bị Bảo Hộ Cá Nhân (PPE) "lý tưởng" được khuyến khích sử dụng khi tiến hành bất kỳ thủ thuật nào để tạo phun khí dung (ví dụ như thông thoáng đường thở hoặc vỗ rung long đờm).
 - Trong khi khẩu trang N95 đang bị thiếu hụt, sử dụng mặt nạ y tế là một phương án thay thế được chấp nhận.
 - Tiến hành vệ sinh tay bằng xà phòng và nước hoặc nước rửa tay khô chứa ít nhất 60% ethanol trước khi đeo/mặc và sau khi cởi Thiết Bị Bảo Hộ Cá Nhân (PPE).
 - Thiết Bị Bảo Hộ Cá Nhân (PPE) phải được cởi bên ngoài nhà, nếu có thể. Nếu phải cởi áo choàng và găng tay trong nhà, hãy tiếp tục đeo khẩu trang cho đến khi ra khỏi nhà. Xem hướng dẫn đeo/mặc và cởi PPE tại <https://www.cdc.gov/HAI/pdfs/ppe/ppeposter148.pdf>
 - Bỏ ngay Thiết Bị Bảo Hộ Cá Nhân (PPE) vào túi nhựa và lập tức vứt vào thùng thông thường. Nếu Thiết Bị Bảo Hộ Cá Nhân (PPE) bị nhiễm với chất dịch từ cơ thể của thân chủ như phân, máu hoặc chất nôn, nên bỏ ngay vào túi truyền nhiễm chất thải (biohazard bag) và lập tức vứt vào thùng đựng rác thải y tế.
 - Vệ sinh mọi vật dụng đã dùng nhiều lần trong nhà, và khử trùng bằng dung dịch sát khuẩn tiêu chuẩn được Cục Bảo Vệ Môi Sinh (Environmental Protection Agency, EPA) phê duyệt.

ĐỂ BIẾT THÊM THÔNG TIN, XEM:

Hướng Dẫn dành cho Các Cơ Sở Dịch Vụ Sức Khỏe Tại Nhà của Trung Tâm Dịch Vụ Medicare & Medicaid
<https://www.cms.gov/files/document/qso-20-18-hha.pdf>

Hướng Dẫn Ngăn Ngừa Lây Truyền Bệnh Do vi-rút Corona Gây Ra năm 2019 tại Nhà và Cộng Đồng Dân Cư của Trung Tâm Kiểm Soát và Phòng Ngừa Dịch Bệnh
<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/hcp/guidance-prevent-spread.html>