



# COVID-19 Hướng Dẫn về Sức Khỏe Tại Nhà/Chăm Sóc Tại Nhà

Sau đây là hướng dẫn dành cho nhân viên của các cơ quan chăm sóc tại nhà, sức khỏe tại nhà và chăm sóc cuối đời để sử dụng khi giúp đỡ khách hàng hoặc bệnh nhân ở nhà, giúp họ chăm sóc bản thân hay cung cấp chăm sóc lâm sàng tại nhà.

## Các bệnh nhân của quý vị có nguy cơ mắc bệnh nặng cao hơn những người khác.

Những người trên 65 tuổi và những người có tình trạng y tế khác ở bất cứ độ tuổi nào có nguy cơ mắc bệnh nghiêm trọng do COVID-19 cao hơn những người khác.



## Nếu quý vị có nguy cơ mắc bệnh cao hơn...

Nếu quý vị trên 65 tuổi, có các bệnh trạng hoặc đang mang thai, hãy xin nghỉ ốm hoặc đề nghị được làm việc với những khách hàng không bị bệnh COVID-19.



## Không đi làm nếu quý vị bị ốm.



## Trước khi đi làm

### Lập kế hoạch trước



- Lập kế hoạch chăm sóc qua điện thoại hoặc trò chuyện qua video.
- Chuẩn bị cho những lần quý vị cần đến tiếp xúc trực tiếp với bệnh nhân.
- Sắp xếp lịch đến nhà những người mắc hoặc có thể mắc COVID-19 vào cuối ngày.



### Tìm hiểu các lựa chọn chăm sóc từ xa



- Chăm sóc sức khỏe từ xa
- Trò chuyện qua video

### Nhắc nhở các thành viên trong hộ gia đình để bảo vệ họ và người khác bằng cách:



Hạn chế người đến thăm và không cho phép nhân viên hay thành viên trong gia đình bị ốm đến thăm vào thời điểm này.



Đeo khăn vải che mặt khi ở bên ngoài cộng đồng.

### Trao đổi với các thành viên trong hộ gia đình về cách họ có thể ngăn ngừa mắc và lây lan COVID-19.

## Tại nơi làm việc

### Bảo vệ bản thân và người khác



**Rửa tay thường xuyên** với xà phòng và nước hoặc sử dụng dung dịch rửa tay diệt khuẩn với ít nhất 60% cồn.



**Che miệng và mũi khi ho và hắt hơi.**



### Đeo khẩu trang phẫu thuật.

Chọn khẩu trang phẫu thuật, không phải khăn vải che mặt, để được bảo vệ tốt hơn.

### Vệ sinh và khử trùng các bề mặt



Vệ sinh các khu vực thường xuyên chạm vào với khăn lau khử khuẩn hoặc các sản phẩm vệ sinh khác.



Chất tẩy gia dụng pha loãng có thể khử trùng các bề mặt. Trộn 1/3 cốc chất tẩy với 1 gallon nước hoặc 4 muỗng cà phê chất tẩy với 1/4 gallon nước. Không trộn chất tẩy với các hóa chất khác.



Kiểm tra trang web của Environmental Protection Agency (Cơ Quan Bảo Vệ Môi Trường), [epa.gov/coronavirus](https://www.epa.gov/coronavirus) để biết thêm thông tin về các chất khử trùng.



# COVID-19 Hướng Dẫn về Sức Khỏe Tại Nhà/Chăm Sóc Tại Nhà

## Làm việc với bệnh nhân mắc COVID-19



Sắp xếp cho họ sử dụng phòng riêng và nhà vệ sinh riêng, nếu có thể.



Nếu các thành viên trong hộ gia đình dùng chung không gian, hãy mở cửa sổ và bật quạt để thông gió.



Đảm bảo rằng tất cả mọi người trong nhà có găng tay và khẩu trang hoặc khăn vải che mặt.



Đề nghị một thành viên trong hộ gia đình hoặc thành viên trong gia đình khỏe mạnh chăm sóc cho vật nuôi.

## Sử dụng thiết bị bảo hộ cá nhân



Khẩu trang hoặc mặt nạ N95



Áo choàng



Găng tay



Kính bảo vệ mắt

## Nếu thiếu PPE:



Ưu tiên áo choàng cho chăm sóc cần tiếp xúc nhiều và chăm sóc phải tiếp xúc với các loại dịch cơ thể



Ưu tiên kính bảo vệ mắt và khẩu trang cho chăm sóc đối mặt trực tiếp



**Gọi 9-1-1** nếu bệnh nhân của quý vị hoặc khách hàng gặp phải bất kỳ triệu chứng nào sau đây:



**Mùi hoặc mặt tái xanh**



**Khó thở**



**Thay đổi về nhận thức**



**Sốt cao**

## Chuyển giao kế hoạch



Cung cấp thông tin về bệnh truyền nhiễm, chỉ thị trước và Physician Orders for Life-Sustaining Treatment (POLST, Chỉ Thị Điều Trị Duy Trì Sự Sống Dành Cho Bác Sĩ) cho nhân viên phục vụ khác nếu biết. Đối với các nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc y tế, cũng cần cung cấp chỉ thị của bác sĩ.



Nếu chăm sóc cho khách hàng hoặc bệnh nhân mắc COVID-19, quý vị phải chia sẻ tình trạng nhiễm bệnh cho nhà cung cấp dịch vụ tiếp nhận và nhân viên đưa đón trước khi chuyển giao.

## Để biết thêm thông tin

Truy cập [doh.wa.gov/coronavirus](https://doh.wa.gov/coronavirus) hoặc [coronavirus.wa.gov](https://coronavirus.wa.gov)

**Gọi đến số 1-800-525-0127** (nhấn phím # để yêu cầu dịch vụ thông dịch)

Soạn tin nhắn **Coronavirus** gửi đến **211211**