



ACCÉSSS

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

COVID-19-CORONAVIRUS

Tổ Chức Y Tế Quốc Tế đã thông báo Covid-19 là một đại dịch. Tại Québec, sự phát tán của nó đang được kiểm soát tốt. Các tuần tới sẽ rất nguy cấp hơn. Chính Phủ đã lấy tất cả các biện pháp đối phó hữu hiệu cần thiết, về mặt y tế và xã hội.

Virus Covid-19 là một loại Coronavirus rất tai hại cho các người lớn tuổi, các người có bệnh mãn tính và hệ miễn nhiễm suy yếu.

Triệu chứng Covid-19

Tương tự như cảm cúm thường, nhưng khác biệt ở chỗ:

- nóng sốt đột phát quá nhanh
- ho
- mệt mỏi
- khó thở

Mọi người đều đồng có một triệu chứng ?

- có người bị nhiễm, và qua thời kỳ nhiễm nhưng không có triệu chứng
- có người bị đau nhức, chảy nước mũi, và dần dần bị tiêu chầy
- các triệu chứng rất nhẹ (như cảm cúm thường) hoặc nặng hơn (khi đã bị viêm phổi, khó thở, suy thận). Các trường hợp nặng sẽ dẫn đến tử vong

Bộ phận nào thường dễ bị tổn thương nhất?

- Mũi và họng

Truyền bệnh

- Trực nhiễm bởi dung dịch từ người ho hoặc hắt hơi
- Kề cận lâu dài bên người bị nhiễm
- Bị nhiễm từ bàn tay mình đã đụng vào các nơi bị nhiễm

Thời gian sinh tồn của coronavirus ?

- 3 giờ trên các vật khô
- 6 ngày trong môi trường ẩm

Phải làm sao khi có triệu chứng ?

Mọi người dân Québec đi du lịch, khi trở về có triệu chứng sốt, ho, khó thở, hãy liên lạc lập tức tới đường dây: Info- Santé 811. Phải liên lạc với **811** trước khi đến các trạm y tế

Nhớ khai báo đã có đi các nước nào từ đầu năm 2020, và đã tiếp cận với bao nhiêu người vừa đã nhập cảnh.

Có thuốc trị hay tìm chũng chưa ?

Chưa có chi hết, chỉ có cách trị hỗ trợ giảm triệu chứng
Phần lớn các người bị nhiễm tự động khỏi bệnh
Nên áp dụng phương pháp phòng bệnh

Phương pháp phòng bệnh

- Thường xuyên rửa tay với xà phòng và nước ấm trong 20 giây
- Dùng cồn để khử trùng khi không có nước và xà phòng
- Khi ho hoặc hắt hơi, nhớ che mũi với tay để tránh lây lan cho người xung quanh
- Nhớ đem bỏ khăn giấy đã sử dụng, và đi rửa tay lập tức
- Trong vòng 14 ngày, từ nước ngoài về, tránh đi thăm thân nhân trong các bệnh viện, hoặc các trung tâm lưu trú
- Tránh bắt tay hoặc ôm hôn nhau

Các phòng khám sàng lọc Covid-19 nhà thương Hotel Dieu Montréal luôn đón nhận mọi người bất kể tình trạng nhập cảnh, có hoặc không có bảo hiểm y tế RAMQ. Luôn nhớ liên lạc số 811 để được hướng dẫn.

Liên hệ y tế vùng Montréal

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

Tư vấn triệu chứng: Info Sante 811

Tư vấn tâm lý xã hội : Info Social 811

Đường dây tư vấn tổng quát về Covid-19 : **1 877 644 4545, thứ 2 đến thứ 6, từ 8:00 giờ đến 18:00 giờ**

Tư vấn Chánh Phủ Canada cho dân chúng về Covid-19 : 1 (833) 784-4397

Chánh 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>

Phương thức đề phòng phát tán Covid-19

- Tự cách ly 14 ngày, khi trở về từ xứ ngoài, kể từ 12 mars 2020
- Cách ly bắt buộc 14 ngày khi trở về từ xứ ngoài, kể từ 12 mars 2020, cho toàn thể nhân viên y tế, giáo dục công hay tư
- Tránh các cuộc họp
- Ngừng hoạt động các tổ chức giữ trẻ, CPE có trợ cấp hay không trợ cấp, hệ thống giáo dục, tiểu học, trung học, đại học, các trường tư, các trường cao đẳng, các trung tâm đào tạo, kể từ 16 đến 27 mars 2020.
- Sẽ có tổ chức giữ trẻ hỗ trợ các phụ huynh làm việc trong ngành y tế cùng các cơ quan dịch vụ thiết yếu

- Trường hợp nghi bị nhiễm, hay đã bị nhiễm, đều có biện pháp phòng ngừa và kiểm

**Văn kiện này do Hiệp hội văn hóa chủ về bình đẳng dịch vụ y tế và xã hội.
ACCESSS soạn thảo**