

Kêu gọi phòng ngừa COVID-19

1. COVID-19 chủ yếu lây truyền qua các giọt bắn hô hấp. Vi-rút này cũng có thể lây truyền qua tiếp xúc.
2. Các triệu chứng thường gặp nhất của COVID-19 bao gồm sốt, mệt mỏi, ho khan và khó thở. Các triệu chứng khác bao gồm nghẹt mũi, đau đầu, viêm kết mạc, đau họng, tiêu chảy, mất vị giác hoặc khứu giác, phát ban trên da hoặc đổi màu ngón tay hoặc ngón chân.
3. Một số người bị nhiễm vi-rút nhưng chỉ có các triệu chứng rất nhẹ hoặc không cụ thể. Theo Tổ chức Y tế Thế giới, khoảng 20% ca nhiễm bệnh có thể phát bệnh nặng cùng với biểu hiện khó thở.
4. Những người tuổi cao hoặc có bệnh lý nền (ví dụ như cao huyết áp, bệnh tim và phổi, tiểu đường hoặc ung thư) có nguy cơ tiến triển thành tình trạng nghiêm trọng.
5. Luôn duy trì vệ sinh cá nhân và môi trường nghiêm ngặt là yếu tố quan trọng trong việc phòng ngừa nhiễm bệnh cho cá nhân và ngăn ngừa lây bệnh trong cộng đồng.
6. Các thành viên cộng đồng nên vệ sinh tay thường xuyên, đặc biệt trước khi chạm vào miệng, mũi hoặc mắt, sau khi chạm vào các thiết bị dùng chung như tay vịn hay tay nắm cửa, hay khi tay bị nhiễm bẩn từ chất tiết đường hô hấp sau khi ho hoặc hắt hơi.
7. Các thành viên cộng đồng nên tránh ra ngoài, giao tiếp xã hội và ăn ngoài. Khuyến nghị đeo khẩu trang phẫu thuật và duy trì vệ sinh tay nghiêm ngặt khi cần ra ngoài.
8. Về vệ sinh môi trường trong nhà, khuyến nghị các thành viên cộng đồng bảo quản ống thoát nước (ống chữ U) đúng cách và che tất cả các lỗ thoát nước trên sàn khi không sử dụng. Sau khi dùng nhà vệ sinh, khuyến nghị đậy nắp bồn cầu trước khi dội để tránh phát tán mầm bệnh.
9. Chính phủ đã ra mắt trang web có tên “Trang web về chủ đề COVID-19” (www.coronavirus.gov.hk) để thông báo các tin tức cập nhật mới nhất về nhiễm COVID-19 và tư vấn y tế nhằm giúp cộng đồng hiểu được các thông tin cập nhật mới nhất này.
10. Để giúp cho các cộng đồng dân tộc thiểu số nhận được thông tin cập nhật mới nhất, nội dung chính của trang web đã được dịch sang chín ngôn ngữ khác nhau.
11. Chúng ta hãy chung tay chống lại đại dịch COVID-19.