

Để phòng ngừa Covid-19

(bệnh truyền nhiễm virus Corona chủng mới)

và ngăn chặn truyền nhiễm lan rộng.



Trang web
(Bộ Y tế, Lao động và Phúc lợi "Hướng dẫn bằng đa ngôn ngữ về COVID-19") tại đây
* Tiếng Nhật, tiếng Anh, tiếng Trung Quốc, tiếng Hàn Quốc, tiếng Bồ Đào Nha
<https://www.covid19-info.jp/>

Bạn nên làm gì trong sinh hoạt hàng ngày?

COVID-19 là bệnh truyền nhiễm do virus corona (SARS-CoV-2) gây ra, với các triệu chứng chủ yếu như sốt và ho, v.v... Thông thường bệnh sẽ lây nhiễm qua đường giọt bắn nhỏ và đường tiếp xúc. Đặc biệt, chú ý những điều sau đây.

Hãy tránh 3 mật độ kín (không gian kín, nơi tập trung kín người, tiếp xúc trong phòng kín) và sử dụng ứng dụng COVID-19 Contact-Confirming Application (COCOA) để biết được khả năng đã tiếp xúc với người dương tính với virus.

Tải ứng dụng COCOA tại đây



Google Play



App Store



Tránh nơi có không gian kín



Tránh tập trung đông người



Tránh tiếp xúc gần

Nếu bạn có các triệu chứng cảm như sốt, v.v..., vui lòng hạn chế việc đi ra ngoài, không đến trường hoặc đến công ty, đo thân nhiệt hàng ngày và ghi chép lại.



Hạn chế đi ra ngoài



Đo thân nhiệt hàng ngày và ghi chép lại.

Đối với những người mắc các bệnh nền (bệnh kinh niên) và có sự thay đổi về triệu chứng, hoặc những người lo lắng về những căn bệnh khác ngoài COVID-19, vui lòng trao đổi với bác sĩ đang phụ trách điều trị qua điện thoại trước.



Trước tiên hãy gọi điện thoại cho bác sĩ đang phụ trách điều trị cho bạn.



Nên làm gì khi nghĩ cũng có thể đó là COVID-19?

Vui lòng xem mặt sau

Nên làm gì khi nghĩ cũng có thể đó là COVID-19?



Bạn không nên tự ý đến các cơ sở y tế, thay vào đó hãy trao đổi trước với chúng tôi. Vui lòng tham khảo trên trang web để biết thêm chi tiết.



* Bác sĩ sẽ đưa ra đánh giá về tính cần thiết của việc xét nghiệm trong từng trường hợp.

● Nếu bạn thuộc ít nhất một trong những trường hợp sau đây, vui lòng liên hệ với chúng tôi. Thông tin về cửa sổ tư vấn của từng khu vực hãy xem trong trang web bên trên.

● Có một trong các triệu chứng nặng như: khó thở, mệt mỏi (cảm giác uể oải), sốt cao...

Do các triệu chứng sẽ khác nhau tùy theo mỗi người, vì vậy nếu bạn nghĩ triệu chứng của mình là nặng, hãy trao đổi ngay với chúng tôi.



Khó thở



Cảm giác uể oải



Sốt cao

● Những người có nguy cơ bệnh chuyển biến nặng* có các triệu chứng cảm mức độ nhẹ như sốt và ho ...

* Người cao tuổi, người có các bệnh nền như là tiểu đường, suy tim, các bệnh về đường hô hấp (COPD, v.v...), người đang chạy thận nhân tạo, người sử dụng thuốc ức chế miễn dịch và thuốc kháng ung thư ...

● Những người khác không thuộc trường hợp trên nhưng có các triệu chứng cảm mức độ nhẹ như sốt và ho... kéo dài.

Do các triệu chứng sẽ khác nhau tùy theo mỗi người, vì vậy nếu bạn nghĩ triệu chứng của mình là nặng, hãy trao đổi ngay với chúng tôi.

Trường hợp các triệu chứng kéo dài từ 4 ngày trở lên thì nhất định phải trao đổi với chúng tôi.

Đối với những người phải tiếp tục dùng thuốc hạ sốt... cũng cần phải trao đổi với chúng tôi.



Trẻ nhỏ



Phụ nữ đang mang thai

● Phụ nữ đang mang thai hoặc người có trẻ nhỏ vui lòng tham khảo trên trang web.



● Chúng tôi sẽ tiếp nhận tư vấn tại Trung tâm tư vấn, ngoài ra là tại các Hiệp hội bác sĩ hoặc sở y tế... tùy thuộc từng khu vực.

● Những trường hợp đang nhận được sự hướng dẫn từ sở y tế, trạm kiểm dịch nơi thường trú hoặc nơi đang sống gần nhất hãy tuân thủ những điều này.

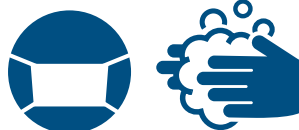
Bạn cần chú ý những gì khi đi khám tại các cơ sở y tế?

Vui lòng chú ý những điều dưới đây khi đi khám.

● Đã có trường hợp bệnh lây nhiễm ra cộng đồng khi bệnh nhân tới khám tại nhiều cơ sở y tế, vì vậy hãy tránh đi nhiều cơ sở y tế khám khi không có chỉ thị của bác sĩ.

● Khi đến khám tại các cơ sở y tế, ngoài việc đeo khẩu trang, vui lòng thực hiện triệt để việc rửa tay và giữ lịch sự khi ho*.

*Hãy sử dụng khẩu trang, khăn giấy, khăn tay, tay áo hoặc bên trong khuỷu tay... để che miệng và mũi khi ho hoặc hắt hơi.



Có thể liên hệ bằng ngôn ngữ mẹ đẻ của mình không?

Chúng tôi sẽ hỗ trợ một phần cho bạn. Thông tin về cửa sổ tư vấn của từng khu vực... vui lòng xem tại trang web.

Trang web (Bộ Y tế, Lao động và Phúc lợi "Hướng dẫn bằng đa ngôn ngữ về COVID-19") tại đây



* Tiếng Nhật, tiếng Anh, tiếng Trung Quốc, tiếng Hàn Quốc, tiếng Bồ Đào Nha
<https://www.covid19-info.jp/>