

Ngày 16 tháng 4 năm 2021

VỀ VIỆC: Nhắc Nhờ Phòng Ngừa COVID-19

Các em Học Sinh thân mến, kính gửi Quý Phụ Huynh và Nhân Viên,

Thật vui mừng khi được thấy ngày càng nhiều học sinh, giáo viên và nhân viên quay trở lại lớp học. Nhà trường và ban lãnh đạo đã và đang thực hiện rất tốt công tác chuẩn bị cơ sở vật chất để chào đón mọi người quay trở lại trường. Số lượng ca mắc liên quan đến trường học vẫn còn tương đối thấp, nhưng chúng đã xảy ra. Vì lý do đó, chúng tôi muốn chia sẻ một số thông tin nhắc nhở quan trọng.

Ở Nhà Khi Bị Ốm

Các hệ thống theo dõi tiếp xúc tại Khu Y Tế Snohomish đang bắt đầu phát hiện số lượng ca mắc gia tăng khi tham gia các sự kiện thể thao, đi làm hoặc tụ tập trong khi mang triệu chứng. Một số người bị sốt hoặc ho, trong khi những người khác nghĩ rằng họ chỉ đang mắc bệnh dị ứng. Nếu quý vị hoặc con quý vị không khỏe, vui lòng ở nhà cho đến khi các triệu chứng biến mất.

Đi Xét Nghiệm

Điều đáng tiếc là chúng tôi cũng đang nhận được báo cáo về việc có những phụ huynh hoặc bạn bè đang kêu gọi mọi người không đi xét nghiệm để tránh phải cách ly hoặc cách ly kiểm dịch. Chúng tôi không thể nói hết được tầm quan trọng của việc xét nghiệm, cách ly các ca mắc và cách ly kiểm dịch những đối tượng có tiếp xúc trong cuộc chiến chống lại chủng vi-rút này. Chúng ta không thể ngăn chặn lây nhiễm hoặc ngăn ngừa nguy cơ mắc bệnh cho người khác nếu không có họ.

Các triệu chứng COVID-19 có thể bao gồm một hoặc nhiều triệu chứng sau:

- Sốt
- Đau cơ hoặc đau nhức cơ thể
- Ớn lạnh
- Đau đầu
- Ho
- Đau họng
- Khó thở
- Chảy nước mũi hoặc nghẹt mũi
- Mệt mỏi
- Mới xuất hiện tình trạng mất vị giác hoặc khứu giác

Nếu xuất hiện các triệu chứng, cho dù quý vị đã được tiêm vắc-xin hay chưa, hãy yêu cầu làm xét nghiệm thông qua nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe của quý vị, phòng khám hoặc nhà thuốc hoặc truy cập trang web của chúng tôi tại www.snohd.org/testing. Những người không thể truy cập Internet hoặc cần dịch vụ hỗ trợ ngôn ngữ có thể liên hệ tổng đài của Khu Y Tế theo số 425.339.5278 để hẹn lịch xét nghiệm. Tổng đài hoạt động từ 8:30 sáng đến 4:30 chiều, Thứ Hai đến Thứ Sáu. Những người gọi điện sau giờ làm việc hoặc vào cuối tuần có thể để lại tin nhắn để được gọi lại vào ngày làm việc tiếp theo.

Mọi người nên ở nhà và tránh xa những người khác cho đến khi có kết quả xét nghiệm, hoặc tìm kiếm chăm sóc y tế nếu cần.

Cách Ly và Cách Ly Kiểm Dịch

Nếu một người nào đó được thông báo rằng họ là người tiếp xúc gần và cần phải cách ly kiểm dịch, họ nên đi xét nghiệm trong vòng 3-5 ngày sau lần tiếp xúc cuối cùng. Tuy nhiên, khoảng thời gian cách ly kiểm dịch đối với một người theo quy định của sở y tế công cộng, hãng sở và/hoặc trường học vẫn phải được đáp ứng bất kể kết quả xét nghiệm ra sao.

Chúng tôi cũng đang nhận được yêu cầu khiếu nại từ các em học sinh và phụ huynh về quy định cách ly kiểm dịch hoặc sự nhầm lẫn của họ vì một phòng khám hoặc nhà cung cấp cho họ biết rằng họ đã hết thời gian thực hiện cách ly kiểm dịch. Xét nghiệm chỉ là một chỉ định tại thời điểm đó, nhưng nghiên cứu đã chỉ ra rằng tình trạng lây nhiễm có thể xảy ra trong vòng 14 ngày sau khi tiếp xúc. Đó là lý do tại sao việc thực hiện cách ly kiểm dịch trong toàn bộ thời gian ủ bệnh là rất quan trọng.

Tiêm Vắc-xin

Trường hợp ngoại lệ đối với các yêu cầu cách ly kiểm dịch dành cho những đối tượng tiếp xúc với người mắc COVID-19? Được tiêm vắc-xin đầy đủ. Những người đã qua ít nhất hai tuần kể từ sau khi tiêm liều vắc-xin cuối cùng không cần phải thực hiện cách ly kiểm dịch tại nhà, miễn là họ không có triệu chứng.

Xin nhắc lại, có một số cách để đặt lịch hẹn tiêm vắc-xin:

- Thông tin đăng ký địa điểm tiêm chủng hàng loạt của Lực Lượng Tiêm Chủng Vắc-xin Quận Snohomish hiện được cung cấp tại <http://bit.ly/snocovaccine>.
- Sở Y Tế Tiểu Bang Washington đã cập nhật trang tìm địa điểm tiêm vắc-xin tại địa chỉ: <https://vaccinelocator.doh.wa.gov> nhằm cho phép mọi người có thể tìm kiếm theo mã bưu chính.
- Để biết danh sách đầy đủ các địa điểm thuộc Chương Trình Nhà Thuốc Bán Lẻ Liên Bang, hãy truy cập www.vaccinefinder.org. Trang Tìm Kiếm Địa Điểm Tiêm Vắc-xin do chính phủ liên bang điều hành.

Có một vài thông tin nhắc nhở quan trọng khi tiêm vắc-xin cho trẻ vị thành niên:

- Pfizer-BioNTech hiện là vắc-xin COVID-19 duy nhất được phép sử dụng cho những người từ 16 tuổi trở lên. Moderna và Johnson & Johnson được cho phép tiêm cho những người từ 18 tuổi trở lên ở thời điểm hiện tại. Vui lòng xác minh có loại vắc-xin nào tại một địa điểm trước khi đặt lịch hẹn.
- Những người trong độ tuổi 16 hoặc 17 tuổi có thể cần có sự đồng ý của phụ huynh hoặc người giám hộ để được tiêm vắc-xin. Các nhà cung cấp có thể đặt ra những yêu cầu khác nhau về việc lập hồ sơ sự đồng ý, vì vậy, vui lòng gọi điện trước để tìm hiểu cần chuẩn bị trước những gì.
- **Vui lòng không tìm kiếm hoặc đặt lịch hẹn cho trẻ vị thành niên không đủ điều kiện.**

Đối với các điểm tiêm chủng đại trà do Lực Lượng Tiêm Chủng Vắc-xin Quận Snohomish điều hành, những người từ 16 tuổi trở lên có thể được tiêm chủng khi có sự đồng ý của phụ huynh hoặc người giám hộ đối với vắc-xin Pfizer. Phụ huynh là người lớn hoặc người giám hộ hợp pháp phải đi cùng với người dưới 18 tuổi đến buổi hẹn tiêm vắc-xin để ký tên vào mẫu đơn đồng ý tại cơ sở. Họ cũng cần mang theo giấy tờ tùy thân chứng minh độ tuổi của trẻ vị thành niên, chẳng hạn như bằng lái xe hoặc giấy khai sinh.

Các thử nghiệm về vắc-xin cho trẻ nhỏ đang được tiến hành. Tất cả những tin tức này thật thú vị và tràn đầy hứa hẹn, nhưng điều đó cũng có nghĩa là chúng ta vẫn còn nhiều tháng nữa mới tìm ra được loại vắc-xin dành cho mọi lứa tuổi. Nỗ lực khẩn cấp nhằm tiêm chủng cho tất cả người lớn trong quận vẫn là ưu tiên số một của chúng tôi.

Cho đến khi vắc-xin được FDA cho phép sử dụng cho những người từ 15 tuổi trở xuống, điều quan trọng là thanh niên, gia đình và nhân viên phải đảm bảo rằng tất cả các biện pháp phòng ngừa sức khỏe cộng đồng cần được tuân thủ một cách nhất quán. Điều này có nghĩa là hạn chế các cuộc tụ tập

Khu Y Tế Snohomish
Thư Chào Mừng Trở Lại Trường Học - Nhắc Nhở Phòng Ngừa COVID-19
Ngày 16 tháng 4 năm 2021

xã giao, đeo đồ che mặt và giữ khoảng cách với những người không sống cùng hộ gia đình—mọi lúc, mọi nơi— và rửa tay hoặc sử dụng dung dịch sát khuẩn tay thường xuyên.

Trân trọng
Chris Spitters



Christopher Spitters, MD, MPH
Viên Chức Y Tế