



Thông báo Quan trọng Về Việc Ngăn ngừa dịch COVID-19

ngày

Đến: Những người hiện đang sinh sống trong nhà riêng của mình hoặc nhà của gia đình, Trẻ em sống trong những nhà chăm sóc nuôi dưỡng, và Các thành viên gia đình của người khuyết tật trí tuệ hoặc khuyết tật phát triển (Intellectual/Developmental Disabilities, hoặc I/DD) hiện đang sinh sống trong các cơ sở này; và Các nhà Cung cấp Dịch vụ tại Nhà Nuôi dưỡng Trẻ em mà đang chăm sóc cho các trẻ em bị khuyết tật I/DD

Dịch COVID-19 là căn bệnh gây ra bởi một loại vi-rút mới lạ corona. COVID-19 là một loại vi-rút sẽ khiến mọi người cảm thấy không khỏe mạnh. Những người có các vấn đề về sức khỏe khác có nguy cơ cao nhất nếu họ bị nhiễm loại vi-rút này.

COVID-19 được lan truyền từ người sang người qua những giọt nước nhỏ li ti trong không khí và trên các bề mặt mà người ta chạm vào.

Để bảo vệ sức khỏe và sự an toàn của tất cả mọi người và gia đình của mình, Văn phòng Dịch vụ Khuyết tật Phát triển (Office of Developmental Services - gọi tắt là ODDS) sẽ cung cấp hướng dẫn sau đây.

Giúp ngăn chặn COVID-19 bằng cách nhận biết các dấu hiệu và triệu chứng

✓ Sốt ✓ Ho ✓ Khó thở

Cách thức [bảo vệ bản thân quý vị và những người khác](https://youtu.be/MJ8eeC-tVD4) . [Hãy xem video hữu ích này: https://youtu.be/MJ8eeC-tVD4](https://youtu.be/MJ8eeC-tVD4)

Thực hành vệ sinh tốt.

- Rửa tay thường xuyên bằng xà phòng và nước trong ít nhất 20 giây, đặc biệt là sau khi quý vị vừa đến một nơi công cộng, hoặc sau khi xì mũi, ho hoặc hắt hơi.
- Nếu không có xà phòng và nước, hãy sử dụng chất khử trùng tay có chứa ít nhất 60% độ cồn. Thoa chất khử trùng lên tất cả các bề mặt của hai bàn tay quý vị và chà xát chúng với nhau cho đến khi cảm thấy khô ráo.
- Tránh dùng tay chạm vào mắt, mũi và miệng.

Che miệng khi ho và hắt hơi.

- Che miệng và mũi bằng khăn giấy khi quý vị ho hoặc hắt hơi hoặc sử dụng phần bên trong của khuỷu tay. Vứt khăn giấy đã sử dụng vào thùng rác.
- Ngay lập tức làm theo các bước “thực hành vệ sinh tốt” nêu trên.

Làm sạch và khử trùng

- [Lau chùi VÀ Khử trùng](#) thường xuyên những bề mặt thường đụng chạm hàng ngày. Điều này bao gồm bàn, tay nắm cửa, công tắc đèn, bề mặt bàn, tay cầm, nhà vệ sinh, vòi nước và bồn rửa.
- Lau sạch các bề mặt bản: Sử dụng chất tẩy rửa hoặc xà phòng và nước trước khi khử trùng.
- Rửa các vật dụng bao gồm đồ chơi bằng vải nhung lông có thể giặt được khi thích hợp. Nếu có thể, hãy rửa các vật dụng bằng cách sử dụng nước ấm với nhiệt độ thích hợp nhất cho các vật phẩm và lau sấy khô hoàn toàn.

Tránh tiếp xúc gần gũi

- Tránh tiếp xúc gần gũi với những người đang bị bệnh hoặc có triệu chứng nhiễm COVID-19.
- Giữ khoảng cách ít nhất 6 feet giữa quý vị và những người khác nếu COVID-19 đang lây lan trong cộng đồng của quý vị. Điều này đặc biệt quan trọng đối với những người có [nguy cơ lây nhiễm cao hơn](#).
- Chọn một căn phòng trong nhà quý vị có thể được sử dụng để cách ly các thành viên trong gia đình bị bệnh tránh khỏi những người khỏe mạnh. Xác định một phòng tắm riêng cho người bệnh sử dụng, nếu có thể. Lên kế hoạch dọn dẹp những căn phòng này, nếu cần thiết, khi có người bị bệnh.
- Tránh các cuộc tụ họp và các hoạt động trong cộng đồng khi có thể.

Hãy cẩn thận đối với các khách thăm viếng

- Trước khi chấp nhận cho một vị khách vào nhà, hãy sàng lọc người khách để xem có các dấu hiệu và triệu chứng của COVID-19 bằng cách hỏi người khách các câu hỏi sau:
 - Quý vị đã có dấu hiệu hoặc triệu chứng của nhiễm trùng đường hô hấp, chẳng hạn như sốt, ho, khó thở hoặc đau cổ họng?
 - Trong 14 ngày qua, quý vị đã từng tiếp xúc với người được chẩn đoán xác nhận là bị nhiễm COVID-19, hoặc đang được điều tra về COVID-19?
 - Quý vị đã đi du lịch quốc tế trong vòng 14 ngày qua?
- Nếu quý vị có quan ngại về việc người khách bị ốm, quý vị có thể quyết định không cho người khách vào nhà. Xem xét các phương pháp thay thế để thăm viếng, chẳng hạn như trò chuyện qua điện thoại hoặc qua video.
- Nếu quý vị cho phép những người khách vào nhà, hãy cung cấp hướng dẫn về việc bảo vệ bản thân họ và những người khác bằng cách thực hành việc rửa tay đúng cách, hạn chế việc đụng chạm các bề mặt và duy trì khoảng cách an toàn đối với các thành viên khác trong gia đình.

Làm việc với nhân viên của quý vị (tức là, Nhân viên Hỗ trợ Cá nhân, Chuyên gia Hỗ trợ Trực tiếp hoặc những người chăm sóc thay thế)

- Hãy cùng nhau thảo luận về cách thức nhân viên có thể hỗ trợ quý vị trong việc thực hiện các bước được liệt kê ở trên để duy trì sức khỏe và an toàn.
- Các cá nhân, gia đình và các nhà cung cấp dịch vụ nuôi dưỡng trẻ em nên kỳ vọng nhân viên tuân theo các hướng dẫn vệ sinh tốt và các biện pháp phòng ngừa nhằm giảm thiểu sự lây lan của bệnh tật.

Lập Kế hoạch Dự phòng & Làm việc với Nhân viên Quản lý Hồ sơ

- Đảm bảo quý vị có kế hoạch dự phòng tại chỗ đối với thuốc men, vật tư y tế, vật dụng cho nhu cầu gia đình, các hỗ trợ nếu cá nhân hoặc người hỗ trợ chính bị bệnh.
- [Hướng dẫn cụ thể về việc lập kế hoạch dự phòng đã được đưa ra cho các nhân viên quản lý hồ sơ](#), cũng có sẵn cho các cá nhân, gia đình và nhà cung cấp dịch vụ nuôi dưỡng trẻ em. Phối hợp làm việc cùng nhau là điều rất quan trọng.

Nguồn lực hỗ trợ/thông tin về COVID-19:

[Hướng dẫn của Trung Tâm Kiểm soát và Ngăn ngừa Bệnh Tật \(CDC\)](#)

[Thông tin về COVID-19 của ODDS](#)

[YouTube Video về COVID-19 của ODDS](#)