

Thư gửi Cộng Đồng: Ngày 7 tháng 8 năm 2020

Xin chào Quận Thurston!

Trong tuần này, Sở Dịch Vụ Xã Hội Và Y Tế Cộng Đồng Quận Thurston đã nhận được rất nhiều thắc mắc. Trong lá thư của tôi tuần này, tôi sẽ giải quyết một số thắc mắc được đặt ra.

Ai có thể mắc bệnh nghiêm trọng do COVID-19?

Mặc dù người ở mọi lứa tuổi bao gồm cả trẻ sơ sinh và trẻ nhỏ đều có nguy cơ mắc bệnh nghiêm trọng, nhưng hầu hết các ca nhiễm nghiêm trọng của chúng ta có xu hướng rơi vào những người trên 65 tuổi. Nhóm này có thường có các yếu tố rủi ro khác bao gồm bệnh phổi mãn tính, tình trạng tim nghiêm trọng, tiểu đường, ung thư, đột quỵ và bệnh thận mãn tính.

Chúng tôi nhận thấy bệnh tình của mọi người có thể trở nên nghiêm trọng sau một tuần kể từ khi họ bắt đầu bị bệnh. Khó thở là triệu chứng phổ biến nhất của bệnh nghiêm trọng. Trong nhiều trường hợp, họ phải nhập viện và một số người phải dùng máy thở để có thể thở được, điều này làm tăng nguy cơ tử vong của họ. Chúng tôi vẫn đang tìm hiểu thêm về các hệ thống và quy trình của bộ phận khác liên quan đến bệnh COVID-19 nghiêm trọng.

Chúng ta có thể kiểm soát điều gì đối với COVID-19?

Điều quan trọng nhất cần nhận thức về COVID-19 là mặc dù chúng ta không thể lựa chọn cách nó ảnh hưởng đến chúng ta hoặc người thân của chúng ta, nhưng chúng ta có thể kiểm soát một số điều về dịch bệnh này. Mỗi người trong chúng ta có thể lựa chọn những rủi ro mà chúng ta chấp nhận. Dưới đây là danh sách những điều nằm trong tầm quyền soát của quý vị để giúp giảm mức độ phơi nhiễm vi-rút của quý vị và những người khác:

- Giữ khoảng cách ít nhất sáu foot (2 mét) với những người không sống cùng hộ gia đình và đeo đồ che mặt
- Tránh tụ họp xã hội
- Ở nhà khi quý vị cảm thấy không khỏe
- Nhanh chóng làm xét nghiệm
- Che miệng khi ho
- Rửa tay thường xuyên

Điều thứ hai chúng ta có thể kiểm soát là việc chúng ta có khiến người khác gặp rủi ro do phơi nhiễm tiềm ẩn hay không. Nếu quý vị đã phơi nhiễm do tiếp xúc gần, hãy cách ly tại nhà trong mười bốn ngày. Nếu quý vị có kết quả xét nghiệm dương tính, việc ở nhà và cách ly với những người khác trong mười ngày trừ khi được nhân viên y tế hướng dẫn khác là rất quan trọng.

Khi một thành viên trong hộ gia đình có kết quả xét nghiệm dương tính thì những thành viên khác cũng có khả năng nhiễm vi-rút. Điều quan trọng là các thành viên trong hộ gia đình phải làm xét nghiệm và cách ly. Bằng cách tuân theo các hướng dẫn mà chúng tôi cung cấp đối với khả năng phơi nhiễm hoặc nếu quý vị đã có kết quả xét nghiệm dương tính, điều đó sẽ làm giảm tỷ lệ truyền nhiễm trong cộng đồng của chúng ta.

Ổ dịch là gì và chúng tôi kiểm soát ổ dịch như thế nào?

Nhóm Kiểm Soát Và Phòng Ngừa Dịch Bệnh của chúng tôi nhận kết quả xét nghiệm COVID-19 dương tính mỗi ngày. Khi chúng tôi thấy một nhóm người có kết quả xét nghiệm dương tính cùng liên quan đến một vị trí địa lý, chúng tôi nghi ngờ rằng có thể có ổ dịch và bắt đầu điều tra. Các định nghĩa đối với ổ dịch đã thay đổi khi chúng tôi tìm hiểu thêm về cách mọi người lây nhiễm vi-rút. Hiện nay một cơ sở chăm sóc dài hạn được công bố là một ổ dịch khi một cư dân hoặc nhân viên y tế được xác nhận nhiễm COVID-19. Đối với các địa điểm không chăm sóc sức khỏe, một ổ dịch được xác định khi có từ hai trường hợp xác nhận nhiễm hoặc có khả

năng nhiễm COVID-19 trở lên và ít nhất hai trong số các trường hợp có ngày khởi phát cách nhau 14 ngày và có mối liên hệ hợp lý về cách họ nhiễm vi-rút tại cùng một địa điểm ngoài hộ gia đình. Để biết thêm chi tiết về định nghĩa ổ dịch, vui lòng truy cập trang web của Sở Y Tế Tiểu Bang Washington.

Đôi khi chúng tôi sẽ nhận được báo cáo từ nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe hoặc chủ sử dụng lao động rằng họ quan ngại về một ổ dịch. Phần lớn các ổ dịch được xác định thông qua nhân viên Kiểm Soát Và Phòng Ngừa Dịch Bệnh của Sở Y Tế Cộng Đồng và việc điều tra ca nhiễm và truy vết tiếp xúc.

Khi nhận được kết quả xét nghiệm dương tính, chúng tôi tiến hành một cuộc điều tra. Thông qua quá trình này, chúng tôi hỏi mọi người đã ở đâu trong khoảng thời gian mà họ có thể bị lây nhiễm. Chúng tôi sử dụng thông tin này để xác định những người khác có thể đã tiếp xúc gần. Người tiếp xúc gần là một người đã ở gần hơn 6 foot (2m) với một cá nhân trong vòng mười lăm phút trở lên. Nếu quý vị nhận được cuộc gọi từ người truy vết tiếp xúc hoặc người điều tra trường hợp, việc quý vị trả lời câu hỏi của họ là hết sức quan trọng! Bằng cách xác định những người có thể đã phơi nhiễm hoặc bị nhiễm bệnh và đưa họ đi xét nghiệm, chúng tôi ngăn chặn các ổ dịch và ngăn chặn sự lây lan của COVID-19. Chúng tôi muốn giữ cho mọi người trong quận an toàn và khỏe mạnh.

Các Ổ Dịch Hiện Tại

Trong tuần này, sở của chúng tôi đã điều tra hai ổ dịch khả nghi tại các cơ sở chăm sóc tập thể ở Quận Thurston. Chúng tôi không tiết lộ địa điểm hoặc tên cơ sở trừ khi ổ dịch gây nguy hiểm cho cộng đồng. Chúng tôi muốn mọi người trong cộng đồng được cảm thấy an toàn và tự tin rằng nhóm điều tra viên và truy vết tiếp xúc của sở chúng tôi đang làm việc suốt ngày đêm để bảo vệ sức khỏe và sự an toàn của cộng đồng, đồng thời bảo vệ thông tin cá nhân bí mật và tuân thủ luật liên bang và tiểu bang.

Tôi đã giúp tạo điều kiện thuận lợi để tất cả cư dân và nhân viên tại các cơ sở bị ảnh hưởng có thể xét nghiệm COVID-19, nhờ đó xác nhận được một ổ dịch tại một gia đình có sáu người trưởng thành có hai cư dân và một nhân viên có kết quả xét nghiệm dương tính. Một ổ dịch khác được xác nhận tại một nhà tập thể dân cư. Cho đến nay, ba cư dân và chín nhân viên đã có kết quả xét nghiệm dương tính. Những ca nhiễm mới này đã góp phần vào sự gia tăng đột biến số ca nhiễm ngày hôm qua. Việc điều tra vẫn đang tiếp tục và có thể xác định nhiều ca nhiễm hơn sau khi có kết quả xét nghiệm. Các cơ sở này đang được kiểm dịch và không có mối đe dọa nào đối với cộng đồng. Chúng tôi đang làm việc với các cơ sở này để ngăn chặn những ổ dịch này, đồng thời kiểm soát và ngăn chặn sự lây lan thêm của COVID-19. Để biết thông tin mới nhất về các ca nhiễm và ổ dịch, vui lòng truy cập trang web của chúng tôi.

Xin nhớ hãy ở nhà khi bị ốm, che miệng khi ho, đeo đồ che mặt, giữ khoảng cách 6 foot với những người không sống trong cùng hộ gia đình và rửa tay thường xuyên. Nếu tất cả chúng ta hợp tác cùng nhau, chúng ta có thể ngăn chặn các ổ dịch và giữ cho cộng đồng của chúng ta an toàn và khỏe mạnh!

Chúc tất cả quý vị sức khỏe dồi dào,

Dimiyana Abdelmalek, Bác Sĩ Y Khoa (MD),

Cán Bộ Y Tế Thạc Sĩ Y Tế Cộng Đồng (MPH), Quận Thurston