

Thư gửi cộng đồng: Ngày 01 tháng 9 năm 2020

Xin chào Quận hạt Thurston! Kỳ nghỉ cuối tuần nhân dịp Ngày Lao động đang đến gần! Trong lúc tận hưởng dịp nghỉ cuối tuần dài và dành thời gian để kết nối với gia đình và những người người thân yêu, xin quý vị hãy nhớ: hạn chế số người tụ tập tối đa là 10 người, gặp gỡ nhau ở bên ngoài nếu có thể, giữ khoảng cách giữa quý vị với người không phải là thành viên gia đình quý vị tối thiểu là 6 feet và đeo khăn che mặt. Những biện pháp đơn giản này có thể giúp làm chậm tốc độ lây lan của vi-rút COVID-19 trong cộng đồng chúng ta!

Tháng 7 vừa qua, chúng ta đã chứng kiến sự gia tăng đáng kể về tốc độ lây lan của dịch bệnh và trong suốt các cuộc điều tra, chúng tôi đã phát hiện ra rằng việc tổ chức ăn mừng Ngày Độc Lập (7/4) là yếu tố chính đóng góp vào sự gia tăng này. Tiếp tục lưu ý đeo khăn che mặt, giữ khoảng cách và hạn chế tiếp xúc bên ngoài hộ gia đình là biện pháp thiết yếu để kéo giảm tốc độ lây lan của dịch bệnh và tiến tới trở lại đời sống cộng đồng an toàn. Tôi chân thành hy vọng chúng ta sẽ không chứng kiến sự gia tăng các ca nhiễm COVID-19 liên quan đến việc tụ tập vào dịp nghỉ cuối tuần nhân Ngày Lao động.

Tôi trân trọng và rất vui với những câu hỏi mà quý vị đã và đang gửi đến cho tôi. Tuần này, tôi đã chọn thêm 3 câu hỏi để trả lời.

Câu hỏi 1: Nếu tôi được chẩn đoán nhiễm COVID thì công tác truy vết tiếp xúc tại Quận hạt Thurston sẽ như thế nào? Các quận hạt khác tại bang Washington có truy vết giống vậy không?

Câu hỏi rất hay! Khi một công dân của Quận hạt Thurston có kết quả xét nghiệm dương tính với COVID-19 thì kết quả này sẽ được báo cáo lên Cơ quan Dịch vụ Xã hội và Y tế Công cộng (PHSS) của Quận hạt Thurston và nhân viên Điều tra Dịch bệnh COVID-19 sẽ bắt đầu mở cuộc điều tra về ca bệnh đó. Nhân viên này sẽ liên hệ với cá nhân có kết quả xét nghiệm dương tính, thông báo cho người đó biết kết quả xét nghiệm, hướng dẫn người đó cách ly trong vòng ít nhất 10 ngày và giữ nguyên tình trạng không bị sốt trong 24 giờ mà không cần dùng thuốc. Nhân viên điều tra về ca bệnh cũng sẽ cách ly kiểm dịch tất cả những người khác trong hộ gia đình của người nhiễm bệnh.

Sau đó, nhân viên điều tra về ca bệnh sẽ phỏng vấn để tìm hiểu về khu vực có nguy cơ phơi nhiễm cao như đi du lịch, tiếp xúc với người bị bệnh hoặc tham dự sự kiện. Nhân viên điều tra cũng sẽ hỏi bệnh nhân có kết quả xét nghiệm dương tính về người mà họ đã tiếp xúc trên 15 phút, ở khoảng cách 6 feet hoặc gần hơn trong thời gian lây nhiễm. Thời gian lây nhiễm được xác định là 48 giờ trước khi các triệu chứng của bệnh xuất hiện hoặc 48 giờ trước khi có kết quả xét nghiệm dương tính đối với người không có biểu hiện triệu chứng nhiễm bệnh. Tất cả những người này sẽ được xem là người tiếp xúc gần với người nhiễm bệnh.

Nhân viên truy vết tiếp xúc xã hội sẽ gọi điện thoại cho từng người được nhận diện là tiếp xúc gần với ca nhiễm bệnh và hướng dẫn người tiếp xúc gần đi xét nghiệm COVID-19 theo hướng dẫn của Sở Y tế bang Washington, ngay cả khi họ không có triệu chứng bị bệnh. Nếu người tiếp xúc gần có kết quả xét nghiệm âm tính thì họ bắt buộc phải cách ly kiểm dịch trong vòng 14 ngày. Nếu người đó có kết quả xét nghiệm dương tính thì họ bắt buộc phải cách ly trong vòng ít nhất 10 ngày và giữ nguyên tình trạng không bị sốt trong 24 giờ mà không cần dùng thuốc, trước khi họ không cần phải cách ly nữa. Tất cả thông tin thu thập được trong cuộc điều tra về ca bệnh cũng như thông tin truy vết tiếp xúc sẽ được giữ bí mật và tên của cá nhân bị nhiễm sẽ không được chia sẻ với người tiếp xúc. Nếu một người có kết quả xét nghiệm dương tính thì họ có nghĩa vụ phải thông báo cho chủ sử dụng lao động của họ.

PHSS sẽ thường xuyên yêu cầu cung cấp danh sách cá nhân làm việc theo ca cùng thời gian với người có kết quả xét nghiệm dương tính để hỗ trợ công tác truy vết tiếp xúc. Biện pháp điều tra dịch tễ ca nhiễm và truy vết tiếp xúc này là giống nhau trên khắp tất cả các quận hạt tại bang Washington.

Câu hỏi 2: Sau khi phơi nhiễm bao lâu thì tôi nên đi xét nghiệm? Chẳng hạn, nếu tôi bước xuống máy bay và lập tức làm xét nghiệm COVID-19, liệu việc đó có thể hiện chính xác rằng tôi nhiễm COVID-19 trong quá trình di chuyển trên chuyến bay đó hay không?

Cảm ơn quý vị vì đã nêu lên vấn đề này vì đây có thể là một vấn đề gây bối rối. Trước hết, cho phép tôi được nói một chút về các loại xét nghiệm hiện có.

- Xét nghiệm tìm vi-rút bằng kỹ thuật PCR: Xét nghiệm này được dùng để tìm vật liệu di truyền của vi-rút. Để làm xét nghiệm này, cần phải lấy mẫu từ mũi, vòm họng (đoạn cuối của hốc mũi) hoặc cổ họng của bệnh nhân. Sau đó, phòng thí nghiệm sẽ so sánh vật liệu di truyền có trên miếng gạc lấy mẫu với vật liệu di truyền đã biết của vi-rút SARS-CoV-2. Nếu chúng khớp nhau thì kết quả xét nghiệm là dương tính. Người có kết quả xét nghiệm dương tính với COVID-19 nhờ phương pháp xét nghiệm PCR là ca được xác nhận nhiễm bệnh.
- Xét nghiệm kháng nguyên: Loại xét nghiệm này dùng để tìm protein của vi-rút. Dù phương pháp xét nghiệm này đã và đang trở nên đáng tin cậy hơn theo thời gian nhưng vẫn không đáng tin cậy bằng xét nghiệm PCR. Kết quả xét nghiệm kháng nguyên dương tính được xếp vào trường hợp có thể nhiễm bệnh.
- Xét nghiệm nước bọt: Phương pháp xét nghiệm này đang được phát triển; nhiều trường hợp trong số các xét nghiệm loại này sử dụng kỹ thuật PCR để phát hiện vi-rút.
- Xét nghiệm kháng thể: Đây là phương pháp xét nghiệm máu và là xét nghiệm để tìm protein miễn dịch mà cơ thể tạo ra để chống lại vi-rút. Xét nghiệm kháng thể cho biết liệu một người đã phơi nhiễm vi-rút hay chưa, nhưng không chẩn đoán tình trạng đang bị nhiễm bệnh hoặc không cung cấp thông tin về tình trạng miễn dịch.

Để xét nghiệm tìm vi-rút bằng kỹ thuật PCR và kháng nguyên phát huy hiệu quả, bắt buộc phải lấy mẫu tốt và bệnh nhân được xét nghiệm bắt buộc phải đang trong thời kỳ lây truyền vi-rút mạnh. Thời gian ủ bệnh, tức khoảng thời gian từ khi một cá nhân bị nhiễm vi-rút cho đến khi người đó biểu hiện triệu chứng, là từ 2 đến 14 ngày và có thể mất 5 ngày sau khi nhiễm mới xảy ra việc lây truyền vi-rút.

Vì vậy, nếu quý vị bị nhiễm bệnh khi ở trên máy bay thì nhiều khả năng quý vị sẽ có kết quả xét nghiệm âm tính lúc kết thúc chuyến bay nhưng lại có kết quả dương tính 5 ngày sau đó. Đó là lý do vì sao các trường hợp tiếp xúc gần được đề nghị xét nghiệm COVID-19 một khi họ được nhận diện và đã tiếp xúc gần. Nếu người tiếp xúc gần có kết quả xét nghiệm âm tính, họ sẽ được hướng dẫn cách ly trong vòng 14 ngày và xét nghiệm lại nếu họ có triệu chứng nhiễm bệnh.

Câu hỏi 3: Tôi tự hỏi liệu chúng ta có biết cách thức COVID-19 đang ảnh hưởng đến thanh thiếu niên như thế nào và cách họ bình phục ra sao hay không?

Tại Quận hạt Thurston, tính đến ngày 30 tháng 8 năm 2020, có 72 ca bệnh ở độ tuổi từ 12 đến 19, 1 trường hợp nhập viện và không có trường hợp nào tử vong. Mặc dù tỉ lệ bệnh nhân nhập viện và tỉ lệ tử vong ở thanh thiếu niên tại Quận hạt Thurston và trên toàn quốc là thấp nhưng Trung tâm Kiểm soát và Phòng ngừa Dịch bệnh (CDC) đã có báo cáo về những trường hợp thanh thiếu niên tử vong vì COVID-19, chủ yếu vì bệnh lý nền. CDC cũng đã báo cáo về các trường hợp từ 18 đến 34 tuổi có triệu chứng kéo dài, quá 2-3 tuần sau khi nhiễm bệnh, dù không đau ốm đến mức phải nhập viện. Vì

COVID-19 là loại bệnh mới nên chúng ta không biết ảnh hưởng lâu dài của việc nhiễm bệnh. Đó là lý do vì sao chúng tôi khuyến khích mọi người ở mọi lứa tuổi tuân thủ việc giãn cách vật lý ít nhất là 6 feet với những người không phải là thành viên trong hộ gia đình, đeo khăn che mặt, che miệng khi ho, tránh tụ tập xã hội quá 10 người và rửa tay thường xuyên.

Cảm ơn tất cả quý vị rất nhiều vì đã đặt câu hỏi rất hay trong tuần này. Tôi trông chờ được trả lời câu hỏi liên quan đến sức khỏe cộng đồng của quý vị vào tuần tới. Hãy gửi câu hỏi của quý vị tới tcpss.pio@co.thurston.wa.us. Hãy giữ an toàn vào kỳ nghỉ cuối tuần này!

Chúc quý vị sức khỏe dồi dào!

Dimyana Abdelmalek, MD,
MPH Viên chức Y tế Công
cộng Quận hạt Thurston