

Thư gửi cộng đồng: Ngày 30 tháng 9 năm 2020

Xin chào Quận Hạt Thurston! Tôi đã chọn vài câu hỏi để trả lời tuần này từ những câu hỏi mà tôi đã nhận được. Xin cảm ơn quý vị đã gửi những câu hỏi rất hay và quan trọng. Tôi mong đợi được xem những gì quý vị gửi mỗi tuần. Nếu quý vị có câu hỏi mà quý vị muốn tôi xem xét trả lời ở một trong những bức thư của tôi, vui lòng gửi câu hỏi của quý vị đến tcphss.pio@co.thurston.wa.us. Hãy bắt đầu ngay nào.

Khi chúng ta bước vào mùa cảm lạnh/cúm, làm cách nào phân biệt được liệu chúng ta đang bị cảm lạnh/cúm thông thường hay COVID-19?

Câu hỏi rất hay! Có sự trùng lặp đáng kể giữa các triệu chứng của bệnh cúm (cúm mùa), cảm lạnh thông thường và COVID-19 nhưng cũng có một số điểm khác biệt. Cả COVID-19 và cúm đều có thể gây sốt, ho, khó thở, sổ mũi, đau họng, đau cơ, đau đầu, mệt mỏi, nôn mửa và tiêu chảy. Các triệu chứng cảm lạnh thông thường bao gồm sổ mũi, đau họng, đau đầu, sốt, ho, và cảm giác không khỏe nói chung. Mất vị giác và khứu giác (không phải do nghẹt mũi) xảy ra đối với một số người trong thời gian mắc COVID-19 nhưng không xảy ra đối với những người bị cảm lạnh hay cúm.

Vì có nhiều triệu chứng trùng lặp, xét nghiệm sẽ là then chốt để phân biệt virus này với virus khác. Biết nguy cơ phơi nhiễm với COVID-19 của quý vị và xét nghiệm sẽ đóng vai trò thiết yếu để ngăn chặn sự lây lan COVID-19. Ngoài ra, mọi người nên đeo tấm che mặt khi ở nơi công cộng, giữ khoảng cách ít nhất 6 feet với những người không cùng hộ gia đình, ở nhà khi quý vị ốm đau, tránh đi du lịch và tụ tập, che miệng khi ho và hắt hơi và rửa tay để giảm sự lây truyền bệnh trong cộng đồng của chúng ta.

Tôi cũng khuyên quý vị nên tiêm ngừa cúm năm nay. Mặc dù hiện chưa có vắc-xin phòng COVID-19, hiện đang có vắc-xin cúm được tạo ra dựa trên virus cúm có khả năng lưu hành mỗi mùa đông được xác định dựa trên dữ liệu giám sát. Năm nay việc tiêm phòng cúm quan trọng hơn bao giờ hết để đảm bảo rằng quý vị và gia đình quý vị được bảo vệ khỏi cúm. Quý vị có thể tìm một địa điểm tiện lợi để tiêm phòng cúm bằng cách truy cập <https://vaccinefinder.org/find-vaccine>.

Quý vị có thể tìm thêm thông tin về sự khác nhau giữa COVID-19 và cúm trên website của CDC: <https://www.cdc.gov/flu/symptoms/flu-vs-covid19.htm>.

Theo tôi hiểu virus Corona là một nhóm các virus gây cảm lạnh thông thường. Điều này có đúng không và nếu đúng, liệu chúng ta có thể tiêm vắc-xin phòng ngừa không? Các thử nghiệm tiêm chủng hiện tại dành cho COVID-19 không được thực hiện trên trẻ em. Liệu sẽ có thử nghiệm vắc-xin COVID-19 được thực hiện trên trẻ em hay không?

Virus corona được đặt tên theo sự sắp xếp các gai trên bề mặt của chúng giống như một chiếc vương miện. Có bốn loại virus corona phổ biến lưu hành và gây bệnh nhẹ về đường hô hấp mà chúng ta gặp phải như cảm lạnh thông thường. Ba loại virus corona khác gây bệnh trầm trọng hơn là MERS-CoV, SARS-CoV và SARs-CoV-2 (COVID-19). Mỗi loại trong ba loại virus gây bệnh trầm trọng hơn được cho là có nguồn gốc từ động vật trước khi lây nhiễm sang người. Suy nghĩ hiện nay cho rằng lý do chúng ta không trở nên miễn dịch với virus corona gây bệnh nhẹ là vì việc nhiễm bệnh kích hoạt phản ứng miễn dịch giảm dần qua thời gian. Sự đột biến cũng xảy ra làm thay đổi protein bề mặt, nên cơ thể của chúng ta không nhận ra chúng. Một số vắc-xin cho COVID-19 có thể cần hai liều để tạo miễn dịch bảo vệ. Tôi hy vọng rằng, với những người tài giỏi trên toàn thế giới đang làm việc để tạo ra vắc-xin cho SARS-CoV-2, virus gây ra COVID-19, chúng ta sẽ phát triển được vắc-xin an toàn và hiệu quả. Vào lúc này, tại Hoa Kỳ

không có thử nghiệm vắc-xin COVID-19 nào bao gồm trẻ em. Khi đã tạo được sự an toàn và hiệu quả trong vắc-xin cho người lớn, tôi dự đoán sẽ có thử nghiệm ở trẻ em.

Nhìn vào số ca dương tính được Quận Hạt Thurston báo cáo và những gì Sở Y Tế (DOH) báo cáo về Quận Hạt Thurston, ta thấy rằng số liệu không khớp nhau. Ý tôi muốn nói là DOH đang cộng số ca dương tính của hai tuần để tính “tỷ lệ” số ca trên 100.000 người.

Vậy, nếu có 50 ca cho tuần ngày 8 tháng 9 và 36 ca cho tuần ngày 15 tháng 9, DOH báo cáo 86 ca/285.000*100.000 với tỷ lệ 30. Khi trong thực tế, một tuần là 18 trên 100.000 và một tuần là 13 trên 100.000. Với số liệu này chúng ta đang ở mức nguy cơ vừa phải (25-75 trên 100.000) thay vì nguy cơ thấp (ít hơn 25 trên 100.000). Xin vui lòng giải thích về phương pháp luận này?

Chúng tôi sử dụng thời gian theo dõi 14 ngày không chỉ vì đây là tiêu chuẩn được tiểu bang và các cơ quan y tế khác áp dụng, mà vì 14 ngày cũng là giai đoạn ủ bệnh của virus. Giai đoạn ủ bệnh nghĩa là khung thời gian mà một người có thể bị nhiễm bệnh và không biểu hiện triệu chứng. Tính số người bệnh trên 100.000 cho phép chúng tôi dễ dàng so sánh kết quả giữa các quận hạt hoặc khu vực và là một thực hành y tế công cộng tiêu chuẩn. Tính tỷ lệ trong khoảng thời gian 14 ngày cho phép chúng tôi có sự tin tưởng rằng xu hướng mà chúng tôi nhìn thấy thực sự là dấu hiệu cho biết về những gì đang diễn ra trong cộng đồng và giúp giảm hoặc bình thường hóa tác động của một hoặc hai ngày đối với xu hướng chung. Chúng tôi đã sử dụng giai đoạn theo dõi hai tuần một cách nhất quán. Giai đoạn theo dõi tương tự cũng được Thống Đốc sử dụng như một phần trong tiêu chuẩn để chuyển đổi qua các giai đoạn. Số liệu ước tính dân số được Tiểu bang Washington sử dụng để tính toán tỷ lệ lây nhiễm là dữ liệu dân số của Văn Phòng Quản Lý Tài Chính 2019 cho quận hạt, là 285.800.

Tiểu bang Washington sử dụng số liệu trung bình cho hai tuần để xác định tỷ lệ lây nhiễm. Tỷ lệ lây nhiễm thấp là ít hơn 25 ca trên 100K trong 14 ngày. Sử dụng tính toán quý vị cung cấp, 18 ca trên 100.000 trong 7 ngày + 13 ca trên 100.000 trong 7 ngày cho chúng ta 31 ca trên 100.000 trong 14 ngày, điều này giải thích cho việc làm tròn số mà tiểu bang đã thực hiện trong tính toán của họ là 30 ca trên 100.000 trong 14 ngày.

Xin cảm ơn quý vị rất nhiều vì đã gửi những câu hỏi sâu sắc như vậy. Tôi mong đợi được xem những câu hỏi mà quý vị gửi đến cho tôi tuần này!

Chúc quý vị sức khỏe dồi dào!

Dimyana Abdelmalek, MD, MPH Viên chức Y tế Công cộng Quận hạt Thurston
Quyền Sĩ Quan Y Tế, Quận Hạt Thurston