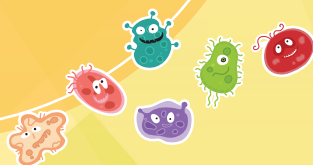


dành cho phụ huynh

Hướng dẫn phòng chống bệnh nhiễm khuẩn

- Tiếng Việt -



교육부

Ministry of Education

01

Bệnh truyền nhiễm?

- Bệnh nhiễm khuẩn(infectious disease) khác với bệnh truyền nhiễm (communicable disease) là các chứng bệnh phát sinh qua quá trình sinh vật truyền bệnh (Vi rút, vi khuẩn, nấm) hay vật chất do sinh vật truyền bệnh tiết ra (Độc tố) xâm nhập vào cơ thể con người.



02

Phòng chống bệnh nhiễm khuẩn hàng ngày như thế nào?

➔ Rửa tay

Bệnh nhiễm khuẩn xâm nhập bằng nhiều đường như vi rút, vi khuẩn, nấm...và trong đó bàn tay là nơi tiếp xúc nhiều với các yếu tố có nguy cơ nhiễm khuẩn nhất. Phương pháp phòng bệnh hiệu quả nhất là rửa tay, chỉ cần rửa tay là có thể phòng chống bệnh tới 70%.

➔ 6 bước rửa tay

Rửa tay thường xuyên / Rửa tay đúng cách / Rửa tay sạch sẽ
Rửa tay sạch sẽ / Hãy bắt đầu từ hôm nay!



Xoa hai lòng bàn tay vào nhau



Đan các ngón tay vào nhau và xoa đều



Xoa mu bàn tay và lòng bàn tay



Dùng một bàn tay nắm và xoay quanh ngón cái của tay còn lại



Chạm hai lòng bàn tay vào nhau, đan các ngón tay và xoa đều



Đặt các ngón tay lên lòng bàn tay còn lại và xoa đều, chà sạch phần dưới các móng tay

➔ Giữ lịch sự khi ho

Những người có triệu chứng viêm đường hô hấp, khi ho hay hắt hơi phải dùng khăn giấy che mũi và miệng; trường hợp không có thì dùng tay áo che. Khăn giấy sau khi sử dụng phải bỏ ngay vào thùng rác sau đó rửa sạch tay bằng xà phòng hay nước khử trùng dưới vòi nước chảy; khi không có nước thì có thể rửa tay bằng chất cồn.

Hãy bảo vệ bản thân, gia đình
và những người xung quanh
bạn khỏi các loại vi trùng

Phép lịch sự khi ho

1 Khi ho hoặc hắt hơi phải dùng
khăn ướt che mũi và miệng.



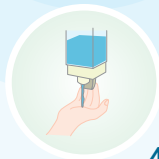
2 Nếu không có khăn ướt thì bạn
hãy dùng tay áo che



5 Hãy rửa tay bằng xà
phòng dưới vòi nước
chảy trong vòng 20 giây.



3 Tốt nhất là sử dụng
khẩu trang



4 Rửa tay bằng nước khử trùng
có chứa thành phần cồn



03

Khi phát hiện thấy con em mình có triệu chứng nhiễm khuẩn thì phải làm thế nào?

Khi nghi ngờ con em mình bị bệnh nhiễm khuẩn, bạn hãy đưa con đến bệnh viện để khám và điều trị. Nếu thấy nghi ngờ hoặc chắc chắn về việc cần nghỉ học thì bạn phải thông báo kết quả với giáo viên chủ nhiệm và cho con nghỉ học theo hướng dẫn của nhà trường.



04

Khi con nghỉ học thì phải sinh hoạt như thế nào ở nhà?

- Bệnh nhiễm khuẩn(infectious disease) khác với bệnh truyền nhiễm (communicable disease) là các chứng bệnh phát sinh qua quá trình sinh vật truyền bệnh (Vi rút, vi khuẩn, nấm) hay vật chất do sinh vật truyền bệnh tiết ra (Độc tố) xâm nhập vào cơ thể con người.

➔ Quản lí người bệnh

- Tốt nhất nên để người bệnh sinh hoạt một mình trong không gian cách li
- Thường xuyên để thông gió phòng người bệnh
- Để người bệnh dùng bữa một mình, tốt nhất là dùng riêng cả nhà vệ sinh và bộ rửa mặt.
- Khi sử dụng chung nhà vệ sinh và bộ rửa mặt thì sau khi sử dụng phải khử trùng (bằng chất khử trùng chuyên dụng) để người khác sử dụng.
- Trường hợp phải ra ngoài, như điều trị khẩn cấp thì phải liên lạc trước với bệnh viện phụ trách điều trị.



- Chú ý không nên tiếp xúc hay nói chuyện với các thành viên khác trong gia đình. Trường hợp không thể tránh thì không nên đối mặt với nhau, tất cả dùng khẩu trang và duy trì khoảng cách trên 2m.
- Sử dụng các vật phẩm chuyên dụng (khăn cá nhân, bát đĩa cá nhân, điện thoại). Quần áo và giường chiếu cũng giặt riêng (dùng bột giặt thông thường và thuốc tẩy pha loãng). Với bát đĩa thì để riêng, rửa sạch trước khi đưa cho người khác sử dụng.
- Tuân thủ các quy định về sức khỏe như rửa tay, phép lịch sự khi ho.

➔ Hướng dẫn sinh hoạt

- Hạn chế ra ngoài, trong trường hợp bắt buộc thì nên đi cùng phụ huynh hoặc phải được phụ huynh cho phép
- Hạn chế đến những nơi công cộng, đông người như phòng Internet, karaoke, phòng bi-a.
- Trường hợp gia đình cả hai bố mẹ đi làm thì phụ huynh cần quan tâm nhiều hơn để trẻ không ra ngoài một mình
- Duy trì thói quen sinh hoạt điều độ khi đến trường hàng ngày (tuân thủ thời gian thức, ngủ)





교육부

Ministry of Education