



# THE CITY OF NEW YORK

(THÀNH PHỐ NEW YORK)

DEPARTMENT OF HEALTH AND MENTAL HYGIENE

(CƠ QUAN Y TẾ VÀ SỨC KHỎE TÂM THẦN)

Michael R. Bloomberg  
Thị trưởng

Thomas R. Frieden, M.D., M.P.H.  
Uy viên

[nyc.gov/health](http://nyc.gov/health)

## Thông Báo dành cho Những Người Cư Ngụ cùng với Bệnh Nhân Mắc Hội Chứng Hô Hấp Cấp Tính Nặng (Severe Acute Respiratory Syndrome - SARS)

Gần đây, một thành viên gia đình hoặc có người trong nhà quý vị được chẩn đoán là mắc Hội Chứng Hô Hấp Cấp Tính Nặng hay còn gọi là SARS. SARS là một loại vi khuẩn gây bệnh về hô hấp và lây lan qua sự tiếp xúc gần gũi giữa người này với người khác. Xin làm theo các hướng dẫn dưới đây để ngừa bệnh SARS cho bất kỳ người nào khác trong gia đình quý vị. **Điều quan trọng là quý vị phải làm theo những chỉ dẫn này trong vòng 10 ngày sau khi người bị nhiễm SARS đã hết sốt và các triệu chứng về hô hấp (ho, khó thở hoặc thở dốc) đã đỡ.**

- Nếu quý vị không cảm thấy bệnh, quý vị không cần phải ở nhà hoặc hạn chế các hoạt động. Quý vị có thể đi làm hoặc đi học. Nếu trong nhà có trẻ em và các em không bị bệnh, các em có thể đi học, đi nhà trẻ hoặc các chương trình giữ trẻ khác.
- **Người mắc bệnh SARS trong nhà quý vị phải ở nhà trong 10 ngày SAU KHI đã hết sốt VÀ các triệu chứng về hô hấp đã đỡ.** Người đó không được đi làm hoặc đi học trong thời gian này. (Nếu bệnh nhân nhiễm SARS là trẻ em, các em sẽ không được đi học, tới nơi giữ trẻ, hoặc tham gia các chương trình giữ trẻ khác trong thời gian này). Người này không được tới các khu vực công cộng trong thời gian 10 ngày này. Xin giúp bệnh nhân bị nhiễm SARS làm các công việc vặt, thí dụ như đi chợ.
- Những người bị nhiễm SARS trong gia đình quý vị phải dùng khăn giấy che miệng khi ho hoặc hắt hơi và sau đó phải bỏ chiếc khăn đã sử dụng vào thùng rác thông thường và rửa tay bằng xà bông và nước.
- Khi ở gần những người khác, bệnh nhân nhiễm SARS phải mang khẩu trang che miệng và mũi. Nếu không thể làm như vậy, thì tất cả những người trong gia đình phải mang khẩu trang khi tiếp xúc gần gũi hoặc ở trong cùng phòng với bệnh nhân. Nếu quý vị cần khẩu trang, xin gọi cho một tiệm thuốc tây ở địa phương hoặc một tiệm bán đồ tiếp liệu y tế, hoặc liên lạc với bác sĩ của quý vị. Quý vị nên thay khẩu trang ít nhất mỗi ngày một lần, hoặc sớm hơn nếu khẩu trang bị nhiễm bẩn.
- Khi ở nhà, hạn chế tiếp xúc với bệnh nhân SARS càng nhiều càng tốt. Bệnh nhân SARS phải ngủ ở phòng riêng. Tránh tiếp xúc gần gũi, thí dụ như hôn.
- **Rửa tay bằng xà bông và nước hoặc xà bông rửa tay dạng cồn.** Rửa tay có thể là cách tốt nhất để ngừa bệnh.
- Không dùng chung chén đĩa (thí dụ như thìa, nĩa, ly hoặc chén), khăn hoặc đồ ga giường (gối, khăn trải giường hoặc mền). Quý vị có thể sử dụng những đồ vật này sau khi rửa bình thường bằng xà bông và nước nóng. Không dùng chung bàn chải đánh răng, hút chung thuốc lá hoặc uống chung.
- Nếu chất dịch cơ thể (chất dịch từ mũi hoặc miệng, nước tiểu, đồ ói mửa hoặc phân) của bệnh nhân SARS dính vào các bề mặt trong nhà (thí dụ như nắm đấm cửa hoặc bất kỳ đồ vật nào mà người đó hắt hơi hoặc ho vào), thì phải rửa bề mặt đó bằng bất kỳ loại thuốc tẩy gia dụng hoặc thuốc khử trùng thông thường nào. Sau đó, gội rửa bề mặt đó bằng nước máy. Mang bao tay trong khi tẩy rửa và rửa

tay sau khi quý vị tháo bao tay ra. Không được dùng lại những bao tay này và vứt bỏ vào trong thùng rác khi đã dùng xong.

- Nên dùng các loại bao tay dùng một lần khi tiếp xúc trực tiếp với chất dịch cơ thể (thí dụ như chất dịch từ mũi hoặc miệng) hoặc phân của bệnh nhân SARS. Đa số các tiệm bán đồ tiếp liệu y tế và tiệm thuốc tây đều có bán loại bao tay này. Đừng quên rửa tay sau khi tháo bao tay ra. Không được dùng lại những bao tay này và vứt bỏ vào trong thùng rác khi đã dùng xong.
- Vi khuẩn gây bệnh SARS cũng có thể được tìm thấy trong phân của người bị nhiễm bệnh. Chúng tôi khuyến cáo rằng nhà vệ sinh phải được cọ rửa sạch sẽ bằng xà bông hoặc thuốc tẩy trùng gia dụng sau mỗi lần bệnh nhân SARS đi cầu (phân), đặc biệt là nếu người đó bị tiêu chảy.
- Quý vị có thể vứt bỏ khăn, khẩu trang và bao tay đã sử dụng vào thùng rác thông thường.
- **Cơ quan Y Tế và Sức Khỏe Tâm Thần Thành Phố New York sẽ gọi tới nhà quý vị hàng ngày để kiểm tra xem có ai trong nhà quý vị bắt đầu bị bệnh hay không.**
- Tất cả mọi người trong nhà quý vị nên kiểm tra nhiệt độ hai lần một ngày và ghi nhiệt độ vào một cuốn sách hoặc mẫu giấy cùng với ngày giờ. Nếu có người đang dùng aspirin, Tylenol (acetaminophen), ibuprofen hoặc bất kỳ loại thuốc nào khác để hạ sốt, họ nên chờ 4 tiếng đồng hồ rồi mới đo nhiệt độ.
- **Nếu trong nhà quý vị có người bị bệnh với triệu chứng sốt (> 100.4 °F hoặc 38 °C) hoặc các triệu chứng về hô hấp (ho, thở dốc, hoặc khó thở), xin gọi ngay cho chúng tôi tại số điện thoại sau:**

Trong giờ làm việc (thứ Hai tới thứ Sáu, từ 9 giờ sáng tới 5 giờ chiều): Gọi số 212-788-9830  
Sau giờ làm việc: Gọi Trung tâm Kiểm soát Chất độc Thành phố New York (New York City Poison Control Center) tại số 212-764-7667

Khi quý vị gọi tới, xin cho điện thoại viên biết là quý vị có tiếp xúc gần gũi với một bệnh nhân SARS, và quý vị cần nói chuyện với bác sĩ trực qua điện thoại. Quý vị cũng nên gọi ngay cho bác sĩ của quý vị để cho biết là quý vị đang sống cùng, chăm sóc, hoặc có tiếp xúc gần gũi với người bị bệnh SARS.

**Nếu cần tới phòng mạch bác sĩ, quý vị nên nhờ người nhà hoặc bạn bè đưa quý vị đi bằng xe riêng. KHÔNG sử dụng phương tiện giao thông công cộng (thí dụ như xe điện ngầm hoặc xe buýt). Đeo khẩu trang trên đường đi khám bác sĩ. Khi tới nơi, quý vị nên đi thẳng tới bàn tiếp tân để được đưa vào một phòng riêng trong khi chờ gặp bác sĩ. Cố gắng ngồi cách những người khác càng xa càng tốt. Nếu quý vị bị bệnh rất nặng và phải gọi xe cứu thương để đưa tới bệnh viện, thì khi gọi 911, xin cho điện thoại viên biết là quý vị có thể bị nhiễm SARS, và cho đội cứu thương biết khi họ tới nơi.**

Xin nhớ rằng, cần phải tuân theo những hướng dẫn này trong 10 ngày sau khi bệnh nhân SARS đã hết sốt và các triệu chứng về hô hấp đã đỡ. Để biết thêm chi tiết, xin gọi bác sĩ của quý vị hoặc tới trang mạng điện toán của Cơ quan Y tế và Sức khỏe Tâm thần Thành phố New York (New York City Department of Health and Mental Hygiene) tại địa chỉ <http://www.nyc.gov/html/doh/html/cd/cdsars.html> hoặc trang mạng điện toán của Trung tâm Kiểm soát và Ngừa bệnh (Centers for Disease Control and Prevention) tại địa chỉ [www.cdc.gov/ncidod/sars](http://www.cdc.gov/ncidod/sars).