

Các biện pháp kiểm soát nhiễm trùng cơ bản

Bệnh truyền nhiễm là bệnh do vi rút, vi khuẩn, v.v.
xâm nhập vào cơ thể và gây ra các triệu chứng.

Vi rút và các tác nhân gây bệnh có thể tồn tại
trong không khí ở những nơi thiếu thông gió Hoặc có thể có trong dịch ho
bám vào tay của chính chúng ta.

Ngay cả trong tình huống khủng hoảng dịch bệnh,

① Thông gió

② Đeo khẩu trang và tuân
Quy tắc khi ho

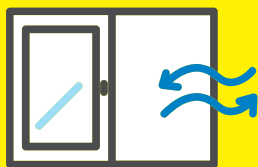
③ Rửa tay

④ Tránh tụ tập
đồng người

Các biện pháp phòng ngừa dịch bệnh cơ bản này là hiệu quả.

Để bảo vệ bản thân và không lây nhiễm cho những người xung quanh
hãy luôn tuân thủ các biện pháp phòng ngừa dịch bệnh cơ bản.

① Thông gió



② Đeo khẩu trang và
Quy tắc khi ho



③ Rửa tay



④ Tránh tụ tập
đồng người



Vui lòng kiểm tra trang
sau để biết chi tiết.

Ba yếu tố hình thành bệnh truyền nhiễm

Bệnh truyền nhiễm xảy ra khi ba yếu tố sau đây kết hợp

i. Tác nhân gây bệnh (nguồn lây), ii. Đường lây nhiễm, iii. Chủ thể bị nhiễm.

Trong các biện pháp phòng chống dịch, việc loại bỏ bất kỳ yếu tố nào trong số những yếu tố này là rất quan trọng.



Loại bỏ mầm bệnh
(nguồn lây nhiễm)



Làm gián đoạn con
đường lây nhiễm



Cải thiện sức
đề kháng

Thông tin mới nhất về bệnh truyền nhiễm

Chúng tôi sẽ cập nhật thường xuyên trên trang web và mạng xã hội
chính thức của Bộ Y tế, Lao động và Phúc lợi xã hội. Xin vui lòng theo dõi.



Mạng xã hội
chính thức
Cơ quan Quản
lý Khủng hoảng
Bệnh Truyền nhiễm
trong Nội các

WEB



X



Facebook



Instagram



youtube



Mạng xã hội
chính thức của
Bộ Y tế, Lao động
và Phúc lợi

WEB



X



Facebook



LINE



youtube



Các biện pháp phòng chống dịch cơ bản được khuyến nghị nguy cơ nhiễm bệnh tiếp theo

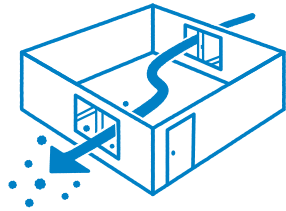
① Thông gió



Việc thông gió có thể giúp đẩy virus và các tác nhân gây bệnh trong không khí ra ngoài.

Một phương pháp để kiểm tra xem có đảm bảo đủ lượng thông gió cần thiết hay không là Sử dụng thiết bị đo nồng độ khí carbon dioxide (Cảm biến CO2).

Mở ít nhất hai cửa sổ ở vị trí đối diện

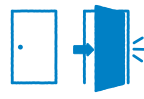


Nếu chỉ có một cửa sổ

Luôn bật quạt thông gió



Mở cửa ra



Việc tạo ra lối đi cho không khí là rất quan trọng.

② Đeo khẩu trang và Quy tắc khi ho



Quy tắc khi ho tốt có thể ngăn chặn sự lây lan của các giọt nhỏ có chứa vi rút.

Chúng tôi khuyến bạn nên sử dụng khẩu trang vải không dệt để có thể ngăn ngừa nhiễm trùng giọt bắn ở một mức độ nào đó.

3 phép lịch sự khi ho

Hãy có phép lịch sự ở những nơi đông người, chẳng hạn như lâu đài, nơi làm việc, trường học, v.v.



Đeo khẩu trang (che mũi, miệng)



Không có khẩu trang



Khí khẩu cấp

Dùng khuỷu tay áo để che mũi, miệng



Không che chắn gì khi ho, hắt xì



Đeo khẩu trang đúng cách



1

Che kín cả mũi và miệng



2

Đeo phần dây lên tai



3

Đảm bảo che kín sống mũi và không bị hở

③ Rửa tay



Rửa tay giúp giảm thiểu virus bám trên tay của bản thân.

Khí không thể rửa tay dưới nước chảy, Sát khuẩn tay (sử dụng cồn sát khuẩn, v.v.) cũng có hiệu quả.



Cách rửa tay đúng cách

⚠ Trước khi rửa tay

- ☒ Hãy cắt ngắn móng tay.
- ☒ Hãy tháo đồng hồ và nhẫn.



1 Sau khi làm ướt bàn tay thật kỹ dưới vòi nước, thoa xà phòng và kỹ cọ kỹ lòng bàn tay.



2 Vuốt và kỹ cọ mu bàn tay.



3 Kỹ cọ kỹ phần kẽ giữa móng tay và đầu ngón tay.



4 Rửa kẽ giữa các ngón tay.



5 Rửa đúng cách dùng lòng bàn tay xoay nhẹ ngón tay cái của tay kia.



6 Không quên rửa cả cổ tay.

Đừng quên giữa các ngón tay và trên cổ tay của bạn.

④ Tránh tụ tập đông người



Ngay cả trong thời kỳ khủng hoảng bệnh truyền nhiễm, bạn có thể giảm nguy cơ bị lây nhiễm bằng cách tránh đám đông.

Nếu bạn cảm thấy không khỏe, sốt, ho, v.v., vui lòng tránh đến những nơi tập trung nhiều người.

Đặc biệt

Người cao tuổi

Người có bệnh lý nền

Phụ nữ mang thai

Những người có triệu chứng không khỏe

Hãy hạn chế ra ngoài đến những nơi đông người hoặc khu vực thương mại.



Thông tin và biện pháp mới nhất về đặc tính của dịch bệnh và Sự thay đổi tình hình sẽ được cập nhật thường xuyên trên các trang web chính thức và mạng xã hội của Bộ Y tế, Lao động và Phúc lợi và Phúc lợi xã hội, vui lòng kiểm tra thường xuyên.

Hãy dự trữ khẩu trang và dung dịch sát khuẩn tay tại gia đình và nơi làm việc!