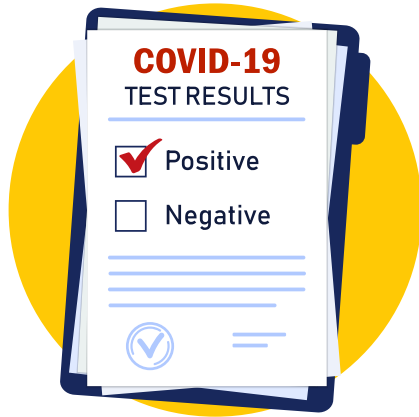


Tóm Lược Hướng Dẫn của Doanh Nghiệp về COVID-19



CORONAVIRUS
UTAH.GOV

Cần làm gì nếu một nhân viên có xét nghiệm dương tính với COVID-19?



Nếu một nhân viên có xét nghiệm dương tính với COVID-19, người đó cần phải cô lập ngay lập tức. Có nghĩa là nhân viên này cần phải ở nhà và tránh xa người khác hết mức có thể. Nhân viên này không nên đi làm.

Người xét nghiệm dương tính phải cô lập cho đến khi:

- Không sốt trong vòng 24 giờ, và
- Các triệu chứng về hô hấp đã cải thiện trong 24 giờ, và
- Ít nhất 10 ngày đã trôi qua kể từ khi người này có triệu chứng.
- Nếu không có triệu chứng, phải cô lập người này trong vòng 10 ngày kể từ ngày xét nghiệm.

Cần làm gì nếu một nhân viên tiếp xúc với một người nhiễm COVID-19?

Những người tiếp xúc gần với người xét nghiệm dương tính với COVID-19 có khả năng cao bị bệnh và truyền cho người khác.

Tiếp xúc gần¹ tức là người đó cách 6 foot hoặc 2 mét (khoảng 2 sải tay) với người xét nghiệm dương tính COVID-19 tổng cộng 15 phút hoặc lâu hơn trong vòng 24 giờ². Quý vị cũng có thể có tiếp xúc gần nếu:

- Quý vị đã chăm sóc cho người nhiễm COVID-19 tại nhà.
- Quý vị đã tiếp xúc trực tiếp với người nhiễm COVID-19 (ôm hoặc hôn).
- Quý vị đã dùng chung dụng cụ ăn uống với người nhiễm COVID-19.
- Người nhiễm COVID-19 đã hắt hơi, ho, hoặc bằng cách nào đó có giọt bắn đường hô hấp tiếp xúc với quý vị.



Bất kỳ ai từng tiếp xúc gần với một người nhiễm COVID-19 trong vòng 2 ngày trước khi họ có các triệu chứng được coi là đã tiếp xúc gần và phải cách ly. Ngay cả khi người nhiễm COVID-19 không có bất kỳ triệu chứng nào, họ vẫn có khả năng lây nhiễm lên đến 2 ngày trước khi xét nghiệm.

¹ <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/if-you-are-sick/quarantine.html>

² <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/php/contact-tracing/contact-tracing-plan/appendix.html#contact>

Nhân viên phải cách ly trong bao lâu?

Các hướng dẫn này không áp dụng cho những nhân viên chung sống với một người dương tính với COVID-19.



Nhân viên có thể kết thúc cách ly:

- **Vào ngày thứ 10 mà không xét nghiệm.** Nếu nhân viên không có triệu chứng của COVID-19, họ có thể kết thúc cách ly sau 10 ngày kể từ lần cuối cùng tiếp xúc gần với người được xét nghiệm dương tính.
- **Vào ngày thứ 7 với kết quả xét nghiệm âm tính.** Nhân viên có thể xét nghiệm vào ngày thứ 7. Nhân viên có thể kết thúc cách ly nếu kết quả xét nghiệm của họ là âm tính và họ không có bất kỳ triệu chứng nào của COVID-19. Nhân viên phải đợi tối thiểu 7 ngày sau ngày tiếp xúc để được xét nghiệm. Xét nghiệm có thể là PCR hoặc xét nghiệm nhanh bằng kháng nguyên. Nhân viên phải tiếp tục cách ly cho đến khi nhận lại kết quả xét nghiệm.
- Các khuyến cáo này KHÔNG áp dụng cho những người đang sống với người nhiễm COVID-19 hoặc trong các cơ sở tập trung (như cơ sở chăm sóc dài kỳ, cơ sở cải huấn hoặc nhà tập thể).

Nếu nhân viên kết thúc cách ly sớm bằng cách áp dụng một trong các phương án thay thế này, họ nên theo dõi sự xuất hiện của triệu chứng cho đến khi hết thời hạn 14 ngày kể từ khi tiếp xúc. Nếu nhân viên kết thúc cách ly trước 14 ngày, điều quan trọng là họ phải tiếp tục theo dõi sự xuất hiện của triệu chứng. Có xác suất nhỏ là nhân viên vẫn có thể nhiễm COVID-19. Nếu nhân viên xuất hiện các triệu chứng, họ phải cô lập ở nhà và liên hệ y tế, đồng thời có thể phải xét nghiệm lại.

Nếu nhân viên được miễn đeo khẩu trang hoặc chỉ cần đeo tấm che mặt thì họ sẽ phải cách ly trong bao lâu?

Các hướng dẫn này giả định rằng các doanh nghiệp đang thực thi yêu cầu đeo khẩu trang của tiểu bang và tất cả nhân viên đeo khẩu trang đúng cách trong khi ở nơi làm việc. Khoa học đã chứng minh rõ ràng rằng khẩu trang giúp ngăn chặn sự lây lan của COVID-19.

Bất kể nhân viên có đeo khẩu trang vào thời điểm tiếp xúc với COVID-19 hay không thì họ đều có thể kết thúc cách ly:

- **Vào ngày thứ 10 mà không cần xét nghiệm.**
- **Vào ngày thứ 7 với kết quả xét nghiệm âm tính.**



Nếu nhân viên sống cùng một người có xét nghiệm dương tính COVID-19 thì họ phải cách ly trong bao lâu?

Nhân viên sống với ai đó có xét nghiệm dương tính được gọi là tiếp xúc trong gia đình. **Những người tiếp xúc trong gia đình có nguy cơ nhiễm vi-rút cao hơn rất nhiều.**

Nhân viên có tiếp xúc trong gia đình nên cách ly trong 10 ngày kể từ ngày cuối cùng tiếp xúc với người có xét nghiệm dương tính. Nhân viên phải hoàn thành toàn bộ quá trình cách ly 10 ngày, ngay cả khi họ không có triệu chứng hoặc có xét nghiệm âm tính. Họ không được kết thúc cách ly trước 10 ngày.

Có thể rất khó đồng thời cô lập khỏi người nhiễm COVID-19 và đang sống chung nhà quý vị. Nhân viên sống cùng người xét nghiệm dương tính với COVID-19 có thể được coi là tiếp xúc liên tục và có thể cần cách ly lâu hơn 10 ngày. Mỗi lần người tiếp xúc trong gia đình tiếp xúc gần với người xét nghiệm dương tính vẫn còn khả năng lây nhiễm, thời gian cách ly của người đó sẽ phải bắt đầu lại.



Điều gì xảy ra nếu nhân viên tiếp xúc nhiều lần với COVID-19?³

COVID-19 đang lan rộng trong nhiều cộng đồng ở Utah. Có nghĩa là nhân viên có thể tiếp xúc nhiều lần với COVID-19.

Nếu nhân viên tiếp xúc lại với COVID-19 (tiếp xúc mới) trong vòng 90 ngày kể từ ngày xét nghiệm dương tính COVID-19.

Nhân viên không có triệu chứng COVID-19 không cần phải cách ly và có thể đi làm. Họ không cần phải xét nghiệm COVID-19 lại. Cũng phải tuân thủ hướng dẫn này trong vòng 14 ngày kể từ ngày tiếp xúc lần cuối:

- Đo thân nhiệt trước khi vào làm việc. Kiểm tra các triệu chứng của COVID-19 hàng ngày.
- Đeo khẩu trang che mặt khi ở cạnh những người không sống cùng.
- Nếu bị ốm hoặc có các triệu chứng của COVID-19, nhân viên phải cô lập trong ít nhất 10 ngày sau khi khởi phát triệu chứng và liên hệ cơ sở y tế hoặc bác sĩ để xác định xem có cần xét nghiệm lại COVID-19 không.

Nếu nhân viên tiếp xúc lại với COVID-19 (tiếp xúc mới) và từ khi có kết quả xét nghiệm dương tính với COVID-19 đã hơn 90 ngày.

Nhân viên đó cần phải cách ly. Nếu bị ốm hoặc có các triệu chứng trong quá trình cách ly, phải cô lập ngay lập tức, gọi cho bác sĩ hoặc liên hệ y tế, và xét nghiệm COVID-19 lại.

Nhân viên trong trường hợp này có thể đáp ứng các tiêu chí để kết thúc cách ly trên trang 2.

Nếu nhân viên có kết quả xét nghiệm âm tính và đã hoàn thành cách ly nhưng tiếp xúc lại với vi-rút (tiếp xúc mới) thì nhân viên đó phải cách ly LẠI.

Nhân viên có thể trở lại làm việc sau khi đã hoàn thành cách ly. Nếu bị ốm hoặc có các triệu chứng trong quá trình cách ly, họ phải cô lập ngay lập tức, liên hệ bác sĩ hoặc y tế, và xét nghiệm COVID-19.

Nhân viên trong trường hợp này có thể đáp ứng các tiêu chí để kết thúc cách ly trên trang 2.



³ <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/php/contact-tracing/contact-tracing-plan/contact-tracing.html>

Biện pháp an toàn cho những người tiếp xúc với người nhiễm COVID-19

- Kiểm tra các triệu chứng COVID-19 hàng ngày, kể cả đo thân nhiệt nếu có thể. Nếu không có nhiệt kế, hãy kiểm tra xem da có thấy ấm hoặc đỏ không. Có thể tải xuống tài liệu “Điều cần làm nếu quý vị đang cách ly hoặc tự cô lập” tại <https://coronavirus.utah.gov/protect-yourself/>.
- Ở nhà và tránh xa mọi người hết mức có thể. Không đi học, đi làm, hoạt động ngoại khóa, tôn giáo, họp mặt, hoặc các hoạt động khác đến khi hoàn thành cách ly.
- Đeo dụng cụ che mặt bằng vải hoặc khẩu trang nếu cần ra khỏi nhà để làm những công việc thiết yếu như đi mua thực phẩm hoặc khám bệnh. Chỉ ra khỏi nhà nếu thực sự cần thiết.
- Giới hạn số người đến thăm nhà quý vị. Điều này đặc biệt quan trọng nếu quý vị hoặc người sống cùng có nguy cơ cao gặp biến chứng nặng do COVID-19.
- Vệ sinh các bề mặt thường xuyên chạm phải (điện thoại, tay nắm cửa, công tắc đèn, tay nắm nhà vệ sinh, vòi bồn rửa, mặt bàn và bất cứ thứ gì bằng kim loại).
- Thường xuyên rửa tay bằng xà phòng và nước. Nếu không có xà phòng và nước, hãy sử dụng nước rửa tay có ít nhất 60% cồn.
- Mở cửa sổ hết mức có thể để tăng cường thông gió và trao đổi khí trong phòng.
- Không dùng chung thức ăn hoặc đồ dùng với người khác.
- Không dùng chung đồ dùng cá nhân như bàn chải đánh răng với người khác.

