

# Tiếp tục thực hiện triệt để các biện pháp chống dịch, cùng nhau vượt qua làn sóng thứ 7!

Ngày 24 tháng 8 năm 2022

Số ca nhiễm mới virus Corona chủng mới vẫn ở mức cao, thực tế tại các cơ sở y tế đang trong tình trạng hết sức khó khăn.

Kì nghỉ Obon kết thúc, và sắp tới đây sẽ bắt đầu kì học mới. Mong tất cả chúng ta, từng người một hãy tiếp tục thực hiện triệt để các biện pháp ngăn ngừa lây lan cơ bản, song song với việc tích cực tiêm phòng, chúng ta hãy nỗ lực tránh không để hệ thống y tế bị đe dọa, giảm tải cho các trung tâm y tế để cùng nhau vượt qua làn sóng thứ 7!

## 1. Triệt để thực hiện các biện pháp ngăn ngừa lây lan cơ bản

- Xin **hãy tiếp tục triệt để thực hiện các biện pháp ngăn ngừa lây lan cơ bản** như: tránh “3 mật”, đeo khẩu trang thích hợp, rửa tay, khử trùng tay và ngón tay, thông khí một cách hiệu quả, v.v. Hãy để ý kĩ càng trong việc đeo hoặc tháo khẩu trang một cách thích hợp để tránh bị cảm nhiệt. Ngoài ra, trường hợp sử dụng điều hòa cũng hãy thường xuyên liên tục thông khí.
- Khi cơ thể có chút thay đổi dù chỉ là đe dọa nhỏ như ho hoặc đau họng, không nhất thiết phải sốt cao, thì kể cả người trong gia đình, xin hãy hạn chế đi làm, v.v.. Ở công ty hoặc trường học, hãy kiện toàn chế độ sao cho dễ nghỉ học hoặc nghỉ làm nếu cần.
- Để phòng trường hợp bất trắc, hãy **tích trữ đồ ăn thức uống, đồ sinh hoạt hàng ngày, thuốc dùng dự trữ, v.v.** đủ dùng trong vòng 10 ngày tự điều trị nếu chẳng may bị nhiễm, v.v.

## 2. Tích cực tiêm vắc-xin

- Kể cả những người trẻ cũng có **nguy cơ bị trở nặng hoặc để lại di chứng** nếu bị nhiễm. Do đó để bảo vệ chính mình và những người mà mình yêu quý, hãy nhanh chóng đi tiêm mũi thứ 3.
- Từ thực tế **những người cao tuổi và người có mắc một số bệnh nền nhất định dễ bị trở nặng** nếu bị nhiễm, nên hãy **nh nhanh chóng đi tiêm mũi thứ 4** vào khoảng 5 tháng sau mũi thứ 3.

## 3. Xin hãy hợp tác và nỗ lực tránh không để hệ thống y tế bị đe dọa, giảm tải cho các trung tâm y tế

- Mong các công ty, trường học, v.v. hãy hợp tác bằng cách **không yêu cầu nộp các loại giấy chứng nhận hay bắt phải kiểm tra để xác nhận âm tính** khi những người đã bị nhiễm đi làm, đi học, v.v. trở lại.
- Những người có triệu chứng nhẹ, nếu có nguyện vọng thì sẽ được phát bộ Kit xét nghiệm kháng nguyên. Nếu tự xét nghiệm, v.v. ra kết quả dương tính thì xin hãy đăng kí với **Trung tâm đăng kí tự điều trị**.