



ĐẠI HỌC ĐÀ NẴNG  
KHOA Y DƯỢC & TRUNG TÂM Y KHOA



# Cẩm nang

## HỌC TẬP VÀ LÀM VIỆC AN TOÀN

# COVID-19





# ĐẠI HỌC ĐÀ NẴNG

# KHOA Y DƯỢC & TRUNG TÂM Y KHOA

## MỤC LỤC

### Mở đầu

#### 1. Các biện pháp chung phòng ngừa dịch bệnh COVID-19

|     |                          |    |
|-----|--------------------------|----|
| 1.1 | Thông điệp 5K + Vắc xin  | 3  |
| 1.2 | Vệ sinh tay đúng cách    | 9  |
| 1.3 | Đeo khẩu trang đúng cách | 13 |

#### 2. Cơ quan, trường học an toàn trong dịch bệnh COVID-19

|     |   |    |
|-----|---|----|
| 2.1 | Bố trí nơi làm việc, lớp học đảm bảo an toàn COVID-19   | 19 |
| 2.2 | Vệ sinh, khử khuẩn trong cơ quan, trường học  | 23 |
| 2.3 | Một số lưu ý khác trong làm việc, sinh hoạt chung tại cơ quan, trường học                     | 27 |
| 2.4 | Ứng xử khi bản thân hoặc đồng nghiệp, bạn học có dấu hiệu nghi ngờ hoặc xác định mắc COVID-19 | 28 |

|           |                      |    |
|-----------|----------------------|----|
| Phụ lục 1 | Khái niệm F0, F1, F2 | 35 |
|-----------|----------------------|----|

|           |   |    |
|-----------|---|----|
| Phụ lục 2 | Cách pha các chất khử khuẩn chứa Clo hoạt tính phổ biến | 37 |
|-----------|---|----|

|           |  |    |
|-----------|--|----|
| Phụ lục 3 | Danh bạ đường dây nóng hỗ trợ y tế liên quan COVID-19 tại Tp Đà Nẵng | 38 |
|-----------|--|----|



# MỞ ĐẦU

**COVID-19** là dịch bệnh do vi rút SARS-CoV-2 gây ra, lây truyền qua đường hô hấp, người mắc bệnh có nguy cơ tiến triển nặng, thậm chí tử vong.

Bệnh hiện chưa có thuốc điều trị đặc hiệu nhưng có thể phòng ngừa hiệu quả với các biện pháp thông thường theo thông điệp **5K** và tiêm ngừa vắc xin.



## TRIỆU CHỨNG NHIỄM SARS-CoV-2 (COVID-19)



SỐT



HO



KHÓ THỞ



ĐAU HỌNG



ĐAU ĐẦU

**Khi tiến triển nặng hơn, người bệnh có thể: khó thở tăng dần (suy hô hấp), sốc, ...**

Tuy nhiên, một số trường hợp mắc COVID-19 không có triệu chứng nhưng vẫn có khả năng lây nhiễm cho người khác tương tự người có triệu chứng.

# 1. CÁC BIỆN PHÁP CHUNG PHÒNG NGỪA DỊCH BỆNH COVID-19

## THÔNG ĐIỆP 5K

1

### Khẩu trang

Đeo khẩu trang thường xuyên tại nơi công cộng, cơ quan, trường học, nơi tập trung đông người.



2

### Khử khuẩn

- Vệ sinh tay thường xuyên.
- Vệ sinh các bề mặt/vật dụng thường xuyên tiếp xúc.
- Giữ vệ sinh, để phòng học/làm việc thông thoáng.

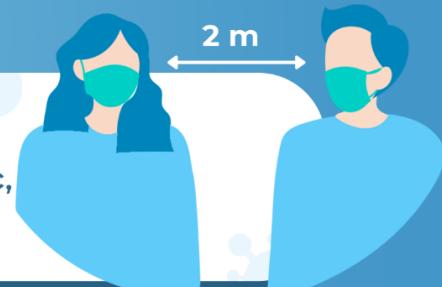


3

### Khoảng cách

Giữ khoảng cách khi tiếp xúc với người khác, tốt nhất là từ 2m trở lên.

2 m



4

### Không tụ tập

Không tụ tập đông người.



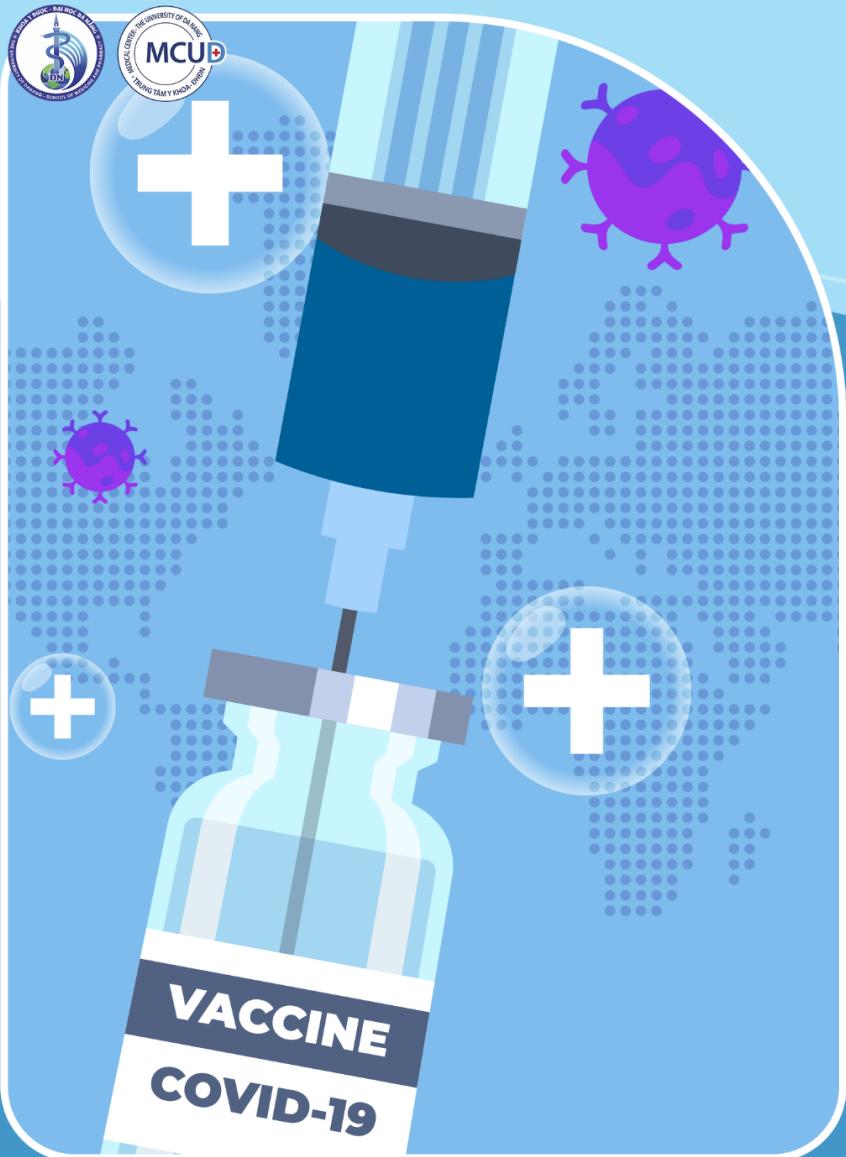
5

### Khai báo y tế

Thực hiện khai báo y tế trên các ứng dụng di động Vietnam Health Declaration, NCOVI, Bluezone hoặc ứng dụng khai báo theo quy định của địa phương như Danang Smart City.

KHAI BÁO





# VẮC XIN NGỪA COVID-19

Tại Việt Nam, hiện đã có một số loại vắc xin ngừa COVID-19 an toàn và hiệu quả đã được Bộ Y tế cấp phép sử dụng như AstraZeneca, SPUTNIK V, Sinopharm, Pfizer/BioNTech, Vaccine Spikevax/Moderna,... và một số loại tiêm nồng đang được nghiên cứu sử dụng trong thời gian tới



# HIỆU QUẢ CỦA VẮC XIN ?

Vắc xin COVID-19 có hiệu quả trong việc làm giảm nguy cơ mắc COVID-19, giảm nguy cơ bệnh nặng và tử vong. Các nghiên cứu hiện nay cho thấy các vắc xin hiện hành vẫn có tác dụng nhất định với những biến chủng mới của vi rút SARS-CoV-2.





# VẮC XIN COVID-19 CÓ AN TOÀN ?

Trước hết, vắc xin không thể gây bệnh COVID-19 cho người được tiêm. Sau khi tiêm chủng COVID-19, có thể có một số tác dụng phụ thông thường như đa phần các vắc xin khác bao gồm mệt mỏi, đau đầu, hoặc ớn lạnh, ... có thể ảnh hưởng đến sinh hoạt nhưng sẽ biến mất trong vài ngày. Một số hiếm các trường hợp có phản ứng nặng như phản ứng phản vệ. Để hạn chế phản ứng nặng, cần nhận thức và khai báo rõ tiền sử dị ứng của bản thân cho bác sĩ khám sàng lọc trước tiêm vắc xin.



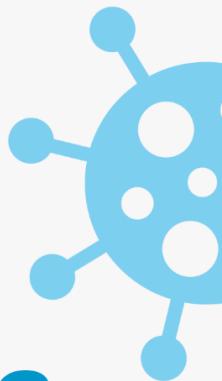


# AI NÊN TIÊM VẮC XIN NGỪA COVID-19 ?

Người từ 18 tuổi trở lên nên tiêm vắc xin COVID-19, bao gồm cả những người đang mắc bệnh nền như tăng huyết áp, hen suyễn, bệnh phổi, bệnh gan, bệnh thận, bệnh tự miễn hay bệnh nhiễm trùng ở giai đoạn ổn định.

Trong điều kiện nguồn vắc xin còn hạn chế, nên ưu tiên cho lực lượng tuyến đầu chống dịch, người có nguy cơ cao diễn tiến nặng khi mắc COVID-19 như người cao tuổi, mắc bệnh nền.





# AI KHÔNG NÊN TIÊM VẮC XIN NGỪA COVID-19?

**Người dị ứng với bất cứ thành phần nào của vắc xin.**

Bên cạnh đó, cần thận trọng tiêm chủng với các trường hợp: từng có phản ứng dị ứng nghiêm trọng (phản ứng phản vệ) sau khi tiêm vắc xin nào đó trước đây, hệ miễn dịch đang suy yếu nặng (đang dùng corticosteroid liều cao, thuốc ức chế miễn dịch, ...), đang bị nhiễm trùng cấp tính nặng, có vấn đề về xuất huyết/chảy máu hoặc đang dùng thuốc chống đông máu.



## 1.2 VỆ SINH TAY ĐÚNG CÁCH

# 2

### CÁCH VỆ SINH TAY

Sát khuẩn tay với dung dịch chứa cồn 60 - 80 độ



Rửa tay bằng xà phòng và nước



# 4

### VẬT DỤNG RỬA TAY CẦN THIẾT

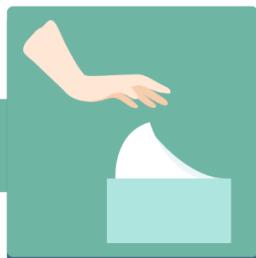
Lavabo,  
vòi nước sạch



Xà phòng



Khăn giấy/khăn sợi  
dùng một lần



Thùng rác  
có nắp đậy



# 6+

## BƯỚC VỆ SINH TAY

### Sát khuẩn tay với dung dịch chứa cồn 60-80 độ



Lấy 3-5 ml dung dịch sát khuẩn tay có chứa cồn

### Rửa tay bằng xà phòng và nước



Làm ướt tay và lấy xà phòng



Chà hai lòng bàn tay vào nhau



Chà lòng bàn tay này lên mu bàn tay, kể ngoài các ngón tay bàn tay kia và ngược lại



Chà hai lòng bàn tay vào nhau, miết mạnh các kẽ trong các ngón tay



Chà mặt ngoài các ngón tay của bàn tay này vào lòng bàn tay kia



Dùng bàn tay này xoay ngón cái của bàn tay kia và ngược lại



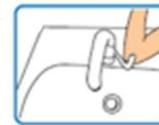
Xoay các đầu ngón tay này vào lòng bàn tay kia và ngược lại



Dùng bàn tay này rửa cổ bàn tay kia và ngược lại



Rửa sạch tay dưới vòi nước chảy



Dùng khuỷu tay để đóng vòi nước



Lau khô tay bằng khăn giấy/khăn bông dùng 1 lần



20 - 30 giây



40 - 60 giây



**Lưu ý: Các bước từ 1 đến 6 nên thực hiện tối thiểu 5 lần**

# 8

## SAI LẦM CẦN TRÁNH KHI VỆ SINH TAY

1

Lấy xà phòng trước khi làm ướt tay

2

Lấy KHÔNG ĐỦ xà phòng, dung dịch sát khuẩn tay

3

KHÔNG cọ rửa tay ĐỦ thời gian

4

KHÔNG dùng xà phòng khi rửa tay

5

Rửa lòng bàn tay, bỏ sót vị trí khác

6

Dùng tay sạch khóa vòi nước

7

KHÔNG lau khô tay sau khi rửa

8

Khăn lau tay ẩm ướt, hoặc dùng chung

# 10

## THỜI ĐIỂM VỆ SINH TAY

**TRƯỚC, TRONG và SAU khi chuẩn bị bữa ăn**



**TRƯỚC và SAU khi chăm sóc người bị ốm**



**SAU khi ho, hắt hơi, sổ mũi**



**SAU khi đi vệ sinh**



**SAU khi chạm vào vật nuôi**



**TRƯỚC và SAU khi ăn**

**SAU khi tiếp xúc với đông người**

**SAU khi chạm mặt ngoài khẩu trang**

**SAU khi chạm vào vật dụng, bề mặt (tay nắm cửa, thẻ ATM, bàn)**

**SAU khi thu dọn rác thải**

## 1.3 ĐEO KHẨU TRANG ĐÚNG CÁCH

### CÁC LOẠI KHẨU TRANG KHUYÊN DÙNG

KHẨU TRANG Y TẾ  
DÙNG 1 LẦN

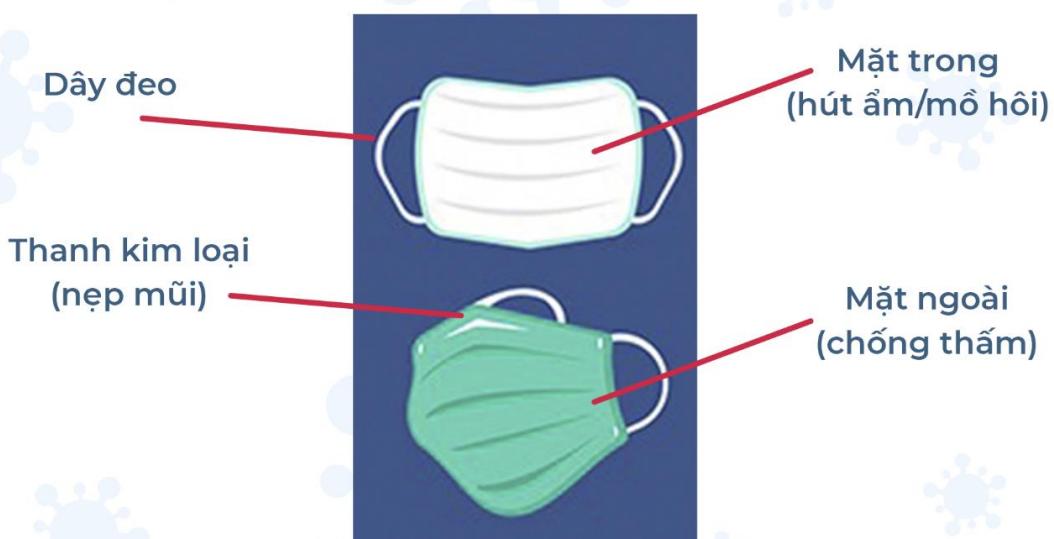


KHẨU TRANG VẢI

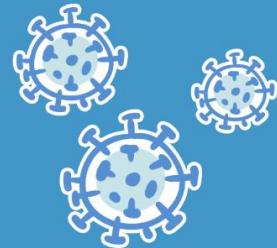


#### ***Khẩu trang y tế thông thường***

Được cấu tạo bởi 3-4 lớp vải không dệt, có lớp vi lọc ở giữa



**Lưu ý: Nên ưu tiên dùng khẩu trang y tế ở những khu vực có nguy cơ**



# LỰA CHỌN KHẨU TRANG PHÙ HỢP

NÊN

KHÔNG NÊN

Có hai hoặc nhiều lớp vải thoáng khí, có thể giặt được



Che kín mũi và miệng, cầm



Vừa khít với khuôn mặt và không hở 2 bên má



Có gọng gấp sát sống mũi



Kết hợp khẩu trang y tế và khẩu trang vải



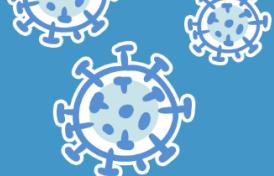
Khẩu trang vải có phủ lớp nhựa/ nilon gây khó thở

Có van/lỗ thông hơi nguy cơ phát tán virus

Khẩu trang N95 ưu tiên cho nhân viên y tế

Đeo 2 khẩu trang y tế

Kết hợp khẩu trang N95 và khẩu trang y tế



# CÁC BƯỚC ĐEO KHẨU TRANG

1

Vệ sinh tay đúng cách



2

Xác định mặt trong/ngoài, viền trên/dưới của khẩu trang



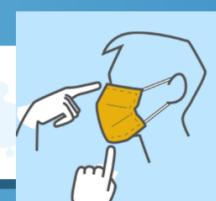
3

Đặt khẩu trang che kín mũi miệng, vòng dây đeo sau tai



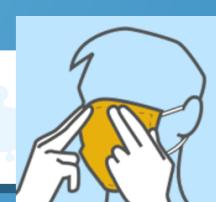
4

Điều chỉnh khẩu trang theo chiều trên dưới, che kín mũi và cằm



5

Ấn chỉnh thanh kim loại ôm sát sống mũi



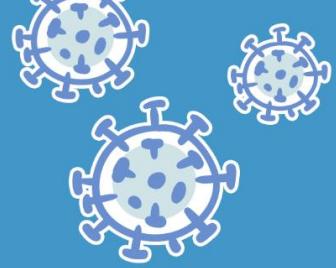
6

Đảm bảo khẩu trang ôm sát khuôn mặt



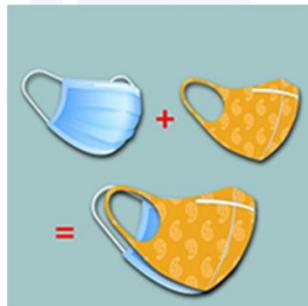
## LƯU Ý:

- Đeo khẩu trang trong suốt quá trình làm việc và học tập
- Duy trì khoảng cách tối thiểu 2m
- Không chạm tay vào mặt ngoài khẩu trang
- Thay khẩu trang ít nhất 1 lần/ngày, hoặc khi bẩn/ẩm ướt



# MẸO TĂNG CƯỜNG KHẢ NĂNG BẢO VỆ CỦA KHẨU TRANG

## CÁCH 1: KẾT HỢP KHẨU TRANG Y TẾ VÀ KHẨU TRANG VẢI



## CÁCH 2: TẠO NÚT THẮT TRÊN DÂY ĐEO SÁT MÉP KHẨU TRANG

Gấp đôi khẩu trang

1



2



Thắt nút trên dây đeo tai, sát mép khẩu trang

Ấn phần mép thừa vào  
mặt trong khẩu trang

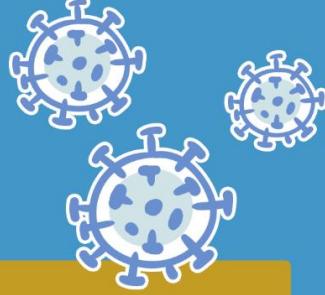
3



4



Ấn chỉnh thanh kim loại  
kéo khẩu trang che  
kín cầm



## THÁO KHẨU TRANG Y TẾ

Vệ sinh tay đúng cách.  
Không chạm tay vào mặt  
ngoài khẩu trang



1

Cầm phần dây đeo  
sau tai, tháo nhẹ nhàng



2

Bỏ ngay vào thùng  
rác có nắp đậy



3

Vệ sinh tay  
đúng cách



4

Vệ sinh tay đúng cách.  
Không chạm tay vào mặt  
ngoài khẩu trang



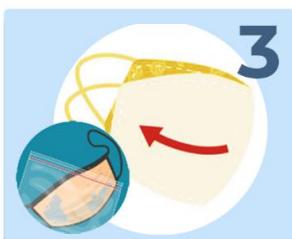
1



2

Cầm phần dây đeo  
sau tai, tháo nhẹ  
nhàng

Cho khẩu trang bẩn  
vào túi giấy/nilon,  
đóng kín

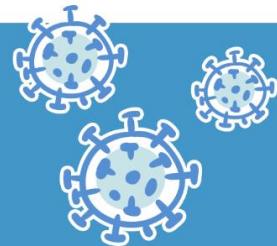


3

Vệ sinh tay  
đúng cách



4



## KHÔNG NÊN ĐEO KHẨU TRANG THEO CÁCH NÀY



## GIẶT VÀ BẢO QUẢN KHẨU TRANG VẢI



NGÂM GIẶT KHẨU TRANG  
VỚI NƯỚC VÀ XÀ PHÒNG



PHƠI KHÔ



BẢO QUẢN KHẨU TRANG  
SẠCH TRONG TÚI GIẤY

## 2. CƠ QUAN, TRƯỜNG HỌC AN TOÀN TRONG DỊCH BỆNH COVID-19

### 2.1 BỐ TRÍ NƠI LÀM VIỆC, LỚP HỌC ĐẢM BẢO AN TOÀN COVID-19



Sắp xếp bàn làm việc, bàn học phù hợp  
đảm bảo giãn cách với khoảng cách giữa  
2 người tối thiểu là 1 m

## 2.1 BỐ TRÍ NƠI LÀM VIỆC, LỚP HỌC ĐẢM BẢO AN TOÀN COVID-19

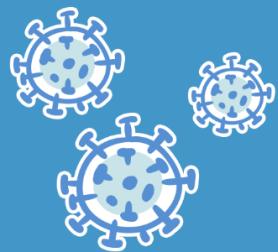


Đối với 2 người ngồi đối diện nhau nên  
giữ khoảng cách từ 2m trở lên

## 2.1 BỐ TRÍ NƠI LÀM VIỆC, LỚP HỌC ĐẢM BẢO AN TOÀN COVID-19

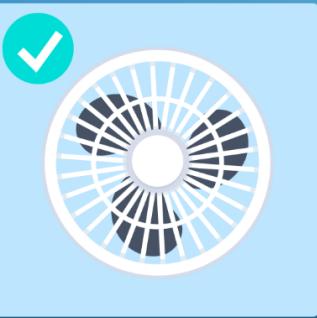


Bộ phận thường xuyên tiếp xúc với nhiều người nên cần nhắc lắp đặt hệ thống kính ngăn, trang bị dung dịch sát khuẩn cho cán bộ và người đến làm việc ở vị trí này



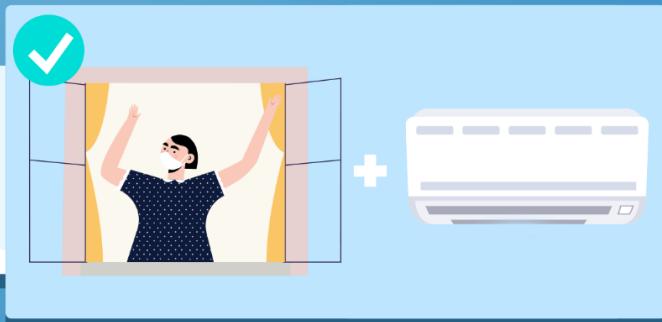
# THÔNG KHÍ NƠI LÀM VIỆC, HỌC TẬP

Tăng cường thông khí tại nơi làm việc, phòng học cũng như nhà ở bằng cách mở các cửa ra vào và cửa sổ



Nên dùng quạt; hạn chế sử dụng điều hòa, đặc biệt là điều hòa trung tâm

Nếu phải sử dụng điều hòa, mỗi buổi học hay làm việc phải mở cửa phòng ít nhất 1 lần tạo sự thông thoáng



## LƯU Ý

Cần thực hiện chế độ làm việc, học tập tại cơ quan, trường học theo quy định đặc biệt của chính quyền địa phương trong giai đoạn dịch bệnh bùng phát mạnh: Hạn chế đến mức tối thiểu số người làm việc tại cơ quan, áp dụng nguyên tắc “3 tại chỗ”,...

## 2. CƠ QUAN, TRƯỜNG HỌC AN TOÀN TRONG DỊCH BỆNH COVID-19

### 2.2 VỆ SINH KHỬ KHUẨN TRONG CƠ QUAN, TRƯỜNG HỌC

#### CÁC BỀ MẶT TIẾP XÚC THƯỜNG XUYÊN

Nền nhà



Tay nắm cửa, tay vịn cầu thang, lan can, nút bấm thang máy, công tắc điện, điều khiển từ xa, điện thoại bàn, tủ, bàn, ghế, dụng cụ dạy học...

Khu vệ sinh



#### CÁC BƯỚC VỆ SINH BỀ MẶT

**Bước 1: Lau, chùi bề mặt bằng nước sạch và xà phòng.**

**Bước 2: Lau khử khuẩn bằng dung dịch khử khuẩn,  
để khô 10 phút.**

**Bước 3: Lau lại bằng nước sạch để tránh hóa chất tồn lưu.**

# CÁC CHẤT KHỬ KHUẨN PHỔ BIẾN



**Cồn 60 - 80 độ**



**Bột Cloramine B 25%**



**Javel 5%**

Pha theo tỉ lệ  
20g/10 lít nước

Pha theo hướng  
dẫn sử dụng của  
nhà sản xuất

## BÊ MẶT TIẾP XÚC THƯỜNG XUYÊN

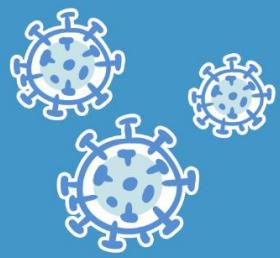
**Khuyến khích sử dụng Cồn:** tối thiểu 2 lần/ngày.

- Tay nắm cửa, tay vịn cầu thang/lan can, nút bấm thang máy, công tắc điện, điều khiển từ xa, bàn phím máy tính, điện thoại bàn, bàn, ghế, tủ, dụng cụ dạy học.

**Sử dụng dung dịch khử khuẩn có chứa Clo nồng độ 0,05% :**  
tối thiểu 1 lần/ngày

- Nền nhà và khu vệ sinh.





## XỬ LÝ RÁC THẢI

Bố trí đủ thùng đựng rác và chất thải có nắp đậy kín, đặt ở vị trí thuận tiện



Rác thải cần được phun khử khuẩn bằng dung dịch khử khuẩn có nồng độ Clo hoạt tính 0,05% trước khi thu gom và được xử lý rác hằng ngày



Nghiêm cấm khạc, nhổ, vứt rác, khẩu trang bừa bãi



## LƯU Ý TRONG QUÁ TRÌNH VỆ SINH KHỬ KHUẨN



- **Tắt các thiết bị điện, điện tử trước khi khử khuẩn.**
- **Thực hiện khử khuẩn vào thời điểm ít người qua lại, môi trường phải thông thoáng khí (mở cửa sổ).**
- **Chỉ pha lượng hóa chất khử khuẩn đủ sử dụng trong ngày.**
- **Không trộn lẫn các hóa chất hoặc dung dịch với nhau.**

**Nếu có máu, dịch tiết, đờm dính trên các bề mặt cần phải lau sạch và khử khuẩn bằng dung dịch Cloramine/Javel có nồng độ gấp 10 lần bình thường.**

Công thức pha dung dịch khử khuẩn có chứa Clo: phụ lục 2.



## 2. CƠ QUAN, TRƯỜNG HỌC AN TOÀN TRONG DỊCH BỆNH COVID-19

### 2.3 MỘT SỐ LƯU Ý KHÁC TRONG LÀM VIỆC, SINH HOẠT CHUNG TẠI CƠ QUAN, TRƯỜNG HỌC

#### NÊN

Che kín mũi miệng khi ho hoặc hắt hơi bằng khăn giấy hoặc khuỷu tay áo



Mang khẩu trang trong suốt quá trình làm việc, học tập khi có đồng nghiệp hoặc bạn học cùng ngồi gần trong phòng



#### KHÔNG NÊN

Đưa tay lên mắt mũi miệng



Bắt tay



Dùng chung các đồ dùng cá nhân như ly uống nước, chai nước, khăn tay



Ăn uống cùng bàn ăn  
Nếu ăn uống cùng bàn nên giữ khoảng cách tối thiểu 2m hoặc có vách ngăn ở giữa mỗi 2 người



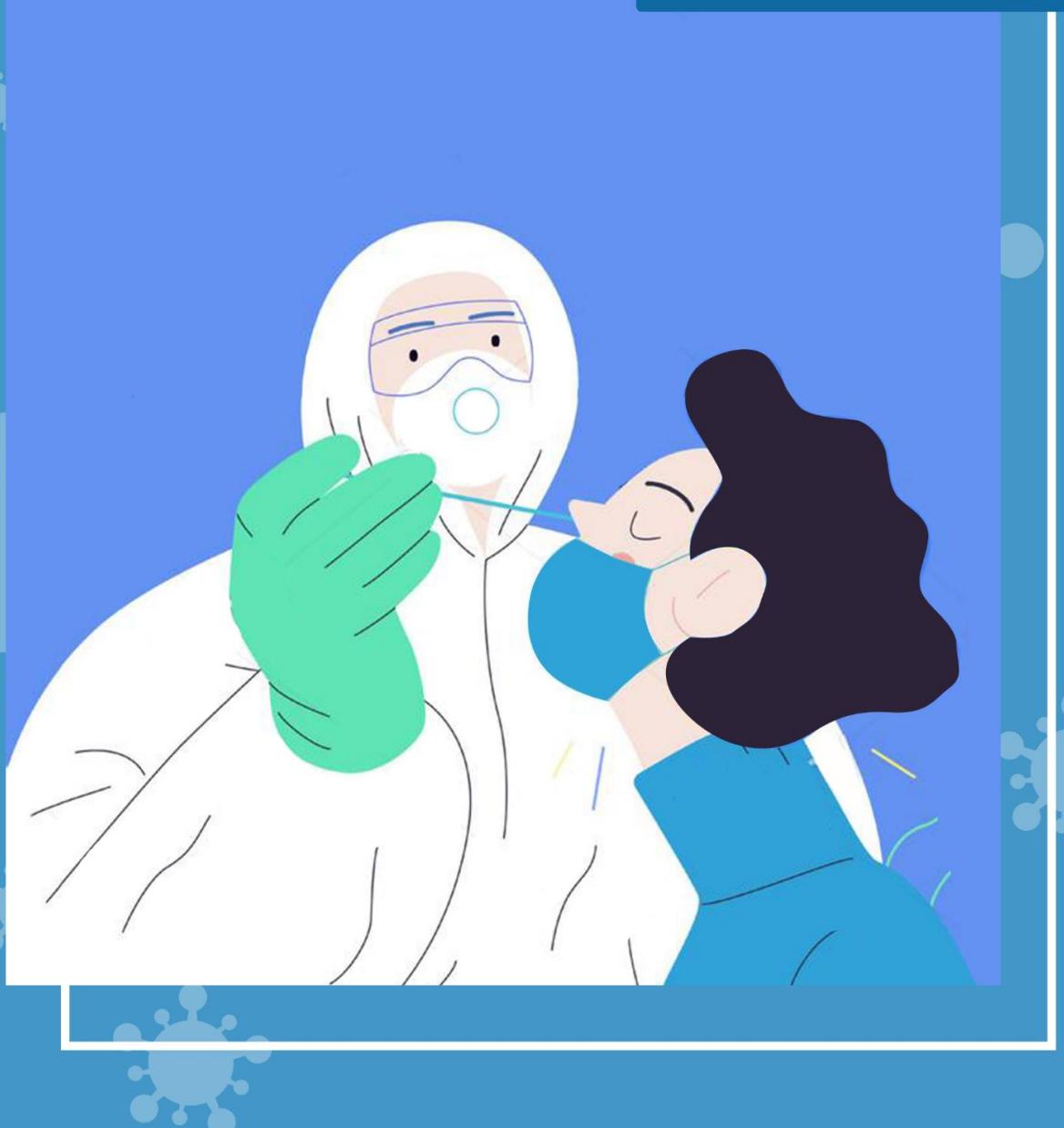
## 2.4 ỨNG XỬ KHI BẢN THÂN HOẶC ĐỒNG NGHIỆP, BẠN HỌC CÓ DẤU HIỆU NGHỊ NGỜ HOẶC XÁC ĐỊNH MẮC COVID-19



Tự cách ly tạm thời tại chỗ và liên hệ y tế ngay: nếu đang ở nhà thì tạm ở nhà và liên hệ y tế địa phương nơi đang sống, nếu đang ở cơ quan/trường học thì di chuyển đến phòng/khu vực cách ly tạm thời tại cơ quan/trường học và liên hệ y tế cơ quan/trường học/y tế gần nhất.



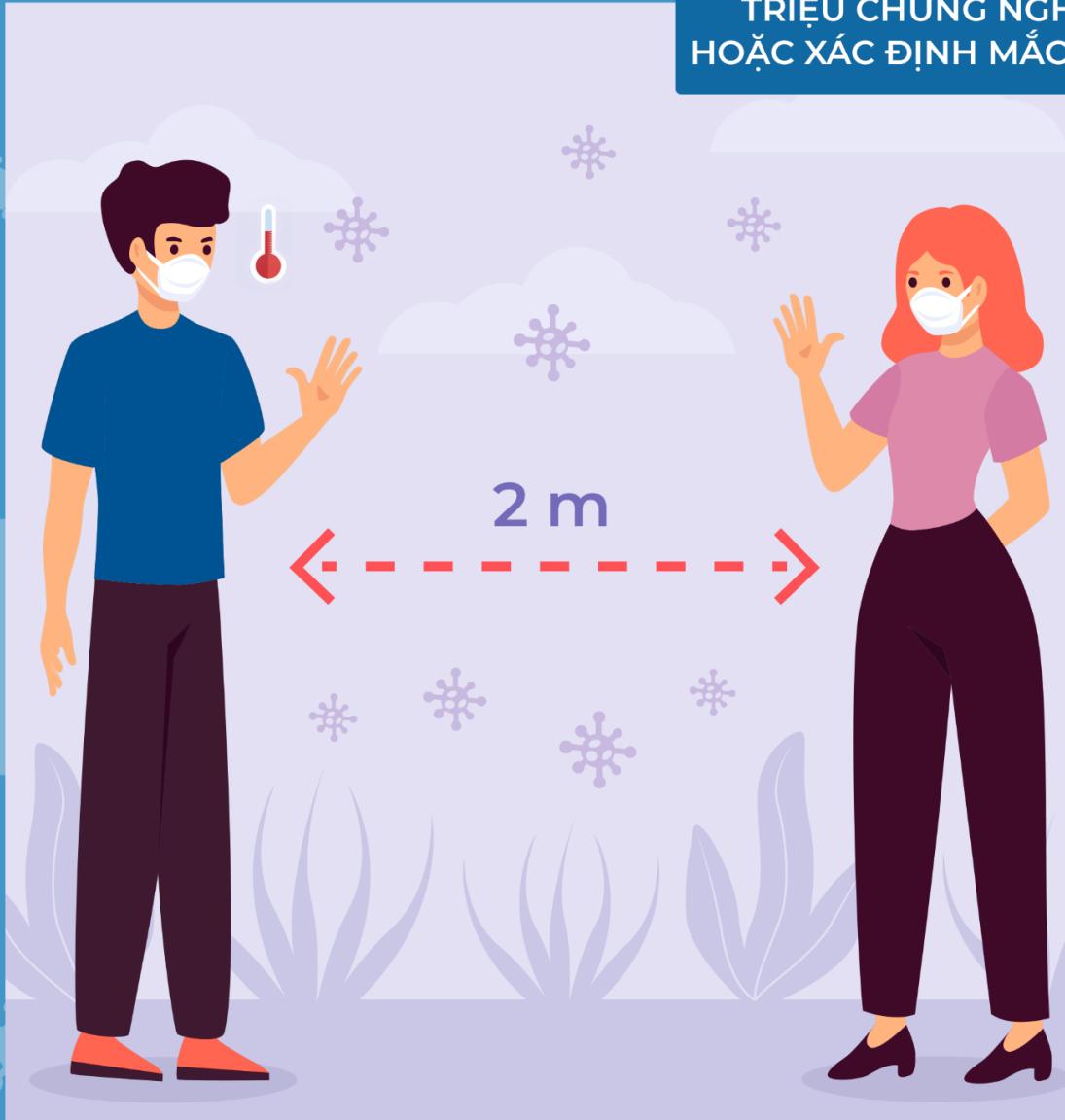
ỨNG XỬ KHI BẢN THÂN CÓ  
TRIỆU CHỨNG NGHỊ NGỜ  
HOẶC XÁC ĐỊNH MẮC COVID-19



Tuyệt đối tuân thủ các hướng dẫn cách ly,  
xét nghiệm của cơ sở y tế.



## ỨNG XỬ KHI BẢN THÂN CÓ TRIỆU CHỨNG NGHỊ NGỜ HOẶC XÁC ĐỊNH MẮC COVID-19



**Giữ khoảng cách cần thiết, đeo khẩu trang, tránh tiếp xúc gần với những người xung quanh cho đến khi bản thân có kết quả xét nghiệm COVID-19. Nếu kết quả dương tính thì tuân thủ các quy định cách ly điều trị và tiếp tục các biện pháp phòng ngừa lây lan cho cộng đồng.**



## ỨNG XỬ KHI BẢN THÂN CÓ TRIỆU CHỨNG NGHỊ NGỜ HOẶC XÁC ĐỊNH MẮC COVID-19



Bình tĩnh rà soát và thông báo đầy đủ, trung thực cho người có chức trách truy vết tại cơ sở y tế, cơ quan/trường học và những người tiếp xúc gần, những điểm đã lui tới trong thời kỳ lây truyền bệnh.



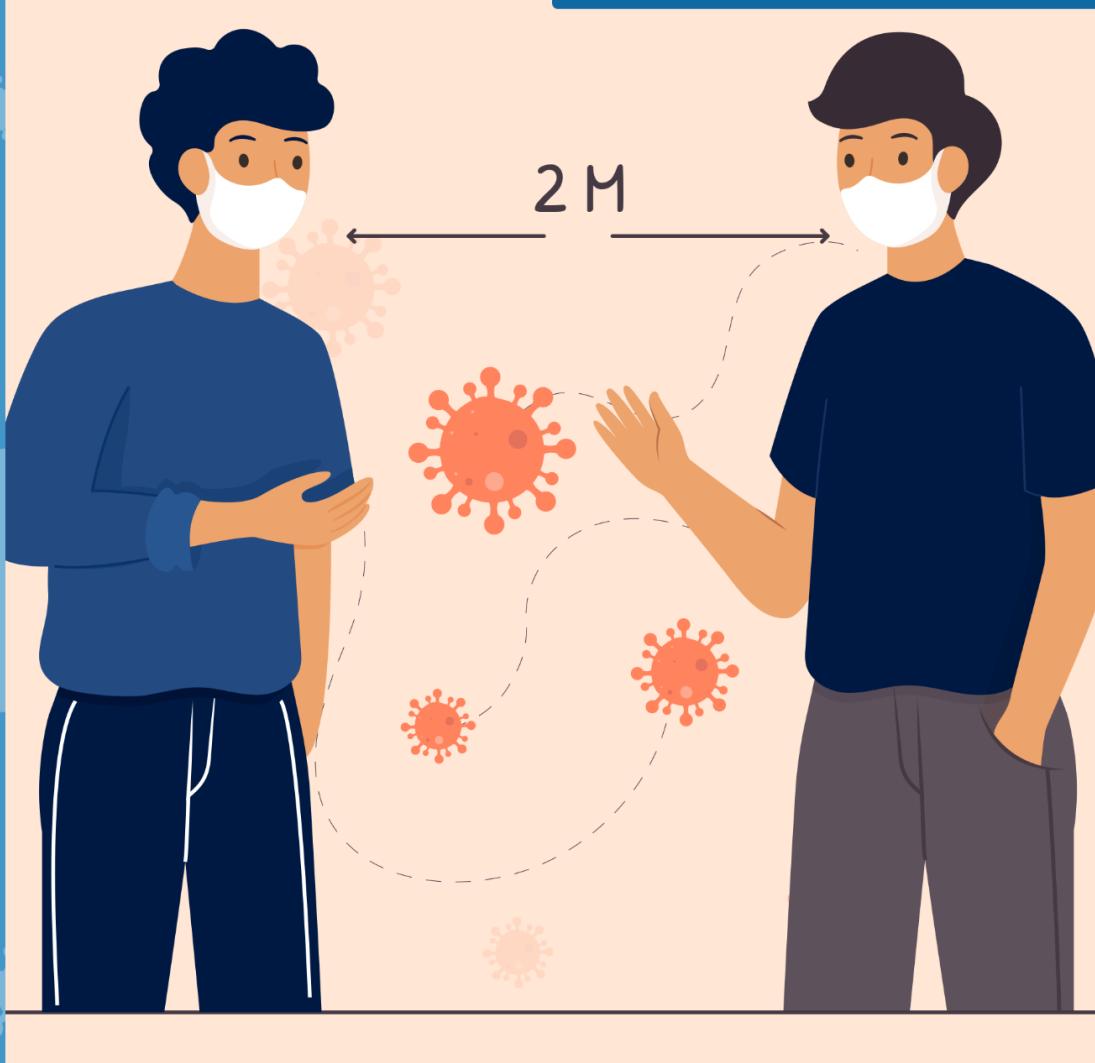
## ỨNG XỬ KHI ĐỒNG NGHIỆP, BẠN HỌC CÓ TRIỆU CHỨNG NGHỊ NGỜ COVID-19



**Khuyên và hỗ trợ đồng nghiệp/bạn học liên hệ  
y tế để kiểm tra sức khỏe tại cơ sở y tế**

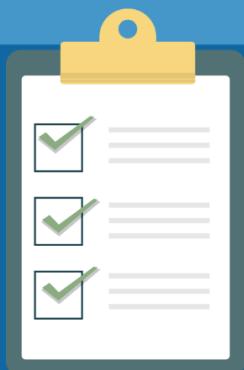


## ỨNG XỬ KHI ĐỒNG NGHIỆP, BẠN HỌC CÓ TRIỆU CHỨNG NGHỊ NGỜ COVID-19



**Giữ khoảng cách cần thiết, đeo khẩu trang, tránh  
tiếp xúc gần với những người xung quanh**

## ỨNG XỬ KHI ĐỒNG NGHIỆP, BẠN HỌC XÁC ĐỊNH MẮC COVID-19



Giữ bình tĩnh, rà soát lại quá trình làm việc hay học tập có phải là F1 hay F2 với đồng nghiệp, bạn học trong thời gian người này mắc bệnh hay không



Tự cách ly tạm thời, luôn đeo khẩu trang, báo cho y tế cơ quan/trường học hoặc y tế địa phương để được tư vấn, hướng dẫn việc cần làm tiếp theo



Báo ngay cho lãnh đạo tại cơ quan/trường học và chủ động rà soát, thông báo cho những người đã tiếp xúc gần biết và liên hệ y tế địa phương để được hướng dẫn



Tuân thủ tuyệt đối chỉ dẫn cách ly y tế tập trung hoặc cách ly theo dõi sức khỏe tại nhà/nơi lưu trú theo hướng dẫn của y tế địa phương

## PHỤ LỤC 1 KHÁI NIỆM F0, F1, F2



**F0** Là người có kết quả xét nghiệm dương tính với vi rút SARS-CoV-2

Thời kỳ lây truyền của F0:

- Nếu F0 có triệu chứng: khoảng thời gian từ 3 ngày trước khi khởi phát triệu chứng như sốt, ho, đau họng, giảm hoặc mất khứu giác, ... cho đến khi F0 được cách ly.
- Nếu F0 không có triệu chứng: khoảng thời gian từ khi F0 tiếp xúc lần đầu với nguồn lây cho đến khi F0 được cách ly; hoặc trong khoảng thời gian 14 ngày trước khi F0 xét nghiệm dương tính cho đến khi F0 được cách ly nếu không xác định được nguồn lây.



## PHỤ LỤC 1 KHÁI NIỆM F0, F1, F2



### **F1 Là người tiếp xúc gần với F0**

Tiếp xúc gần trong vòng 2m hoặc trong cùng không gian kín tại nơi lưu trú, làm việc, học tập, sinh hoạt, ... với người bệnh (F0) trong thời kỳ lây truyền của F0.

### **F2 Là người tiếp xúc gần với F1**

Tiếp xúc gần trong vòng 2m với F1 trong khoảng thời gian từ khi F1 có khả năng lây nhiễm từ ca bệnh (F0) cho đến khi F1 được cách ly y tế.



# PHỤC LỤC 2

## CÁCH PHA CÁC CHẤT KHỬ KHUẨN CHỮA CLO HOẠT TÍNH PHỔ BIẾN



### 1. Cloramine B dạng Bột

| Số lít nước cần pha | 1     | 5     | 10    | 1    | 5    | 10   |
|---------------------|-------|-------|-------|------|------|------|
| Số gam cần pha      | 2     | 10    | 20    | 20   | 100  | 200  |
| Nồng độ Clo cần pha | 0.05% | 0.05% | 0.05% | 0.5% | 0.5% | 0.5% |

### 2. Viên nén khử khuẩn Presept 2.5g

| Số viên nén 2.5g    | 7  | 4    | 9     | 4    | 1     | 1      |
|---------------------|----|------|-------|------|-------|--------|
| Số lít nước cần pha | 1  | 1.2  | 5     | 5    | 3     | 10     |
| Nồng độ Clo cần pha | 1% | 0.5% | 0.25% | 0.1% | 0.05% | 0.014% |

### 3. Javel

Theo hướng dẫn pha khử khuẩn của nhà sản xuất để đạt nồng độ an toàn cho người sử dụng



## PHỤ LỤC 3

# DANH BẠ ĐƯỜNG DÂY NÓNG HỖ TRỢ Y TẾ LIÊN QUAN COVID-19 TẠI TP ĐÀ NẴNG

### SỐ ĐIỆN THOẠI TIẾP NHẬN THÔNG TIN LIÊN QUAN ĐẾN COVID-19 TẠI CÁC TTYT QUẬN, HUYỆN

|  |                                    |
|--|------------------------------------|
|  | • Trung tâm Y tế quận Hải Châu     |
|  | • 0398.101.143                     |
|  | • Trung tâm Y tế quận Thanh Khê    |
|  | • 0398.122.143                     |
|  | • Trung tâm Y tế quận Sơn Trà      |
|  | • 0398.149.143                     |
|  | • Trung tâm Y tế quận Liên Chiểu   |
|  | • 0398.423.143                     |
|  | • Trung tâm Y tế quận Cẩm Lệ       |
|  | • 0398.637.143                     |
|  | • Trung tâm Y tế quận Ngũ Hành Sơn |
|  | • 0398.630.143                     |
|  | • Trung tâm Y tế huyện Hòa Vang    |
|  | • 0398.742.143                     |
|  | • CDC Đà Nẵng                      |
|  | • 0905.10.88.44                    |
|  | • Tổng đài 1022                    |
|  | • (0236) 1022 hoặc *1022           |

# ĐẠI HỌC ĐÀ NẴNG KHOA Y DƯỢC & TRUNG TÂM Y KHOA

  
**HƯỚNG DẪN**  
**KHAI BÁO Y TẾ TRỰC TUYẾN**

(Để thuận lợi, đề nghị người dân chủ động khai báo y tế trước khi đến chốt, địa điểm kiểm soát dịch)

**● Cách 1: Khai báo qua App**  
**DANANG SMART CITY**  
Quét mã để tải app  
  
  


Mở app, chọn menu “Khai báo” để điền thông tin

**● Cách 2: Khai báo qua Web**  
Quét mã để truy cập  
  
[khaibaoyte.danang.gov.vn](http://khaibaoyte.danang.gov.vn)

**● Cách 3: Khai báo qua Zalo Tổng đài 1022**  
Quét mã để truy cập  
  
← Mở app Zalo, quét mã QR  
Vào menu “K.báo Covid” >> Khai báo y tế

**SAU KHI KHAI BÁO, LƯU/CHỤP LẠI MÃ QR ĐỂ SỬ DỤNG**

**KHAI BÁO Y TẾ LÀ TRÁCH NHIỆM CỦA MỖI CÔNG DÂN,  
GÓP PHẦN PHÒNG, CHỐNG DỊCH BỆNH COVID-19**

Liên hệ hỗ trợ gọi: (0236) 1022



# ĐẠI HỌC ĐÀ NẴNG

## KHOA Y DƯỢC & TRUNG TÂM Y KHOA

### **Chỉ đạo thực hiện:**

**TS.BS. Lê Việt Nho**

Trưởng khoa Khoa Y Dược

**TS.BS. Hồ Xuân Tuấn**

Phó Trưởng khoa Khoa Y Dược

**ThS.BS. Lê Kim Trọng**

Phó Giám đốc Trung tâm Y khoa

### **Biên soạn nội dung:**

**TS.BS. Lê Việt Nhiệm**

Bộ môn Vิ sinh-Ký sinh trùng

**ThS.ĐD. Trương Thị Mỹ Phượng**

Bộ môn Điều dưỡng

**CNĐD. Nguyễn Thị Lệ Chi**

Bộ phận Kiểm soát nhiễm khuẩn - Trung tâm Y khoa

### **Thiết kế, trình bày:**

**ThS. Nguyễn Tân Minh**

**CN. Phan Chí Nghĩa**

**KS. Cao Thị Phương Dung**

Tổ Công nghệ thông tin-Truyền thông-Thư viện

**Châu Thành Khải**

Sinh viên khóa YK17