



SỞ Y TẾ TP. HỒ CHÍ MINH
TRUNG TÂM KIỂM SOÁT BỆNH TẬT

HƯỚNG DẪN

GÓI CHĂM SÓC SỨC KHỎE TẠI NHÀ CHO NGƯỜI **F0**

(Phiên bản 1.7)

(Ban hành kèm theo Công văn số 151/SYT-NVY ngày 06/01/2022 của Sở Y tế)





ĐỐI TƯỢNG QUẢN LÝ TẠI NHÀ

Người mắc COVID-19 (F0) mới là người có kết quả xét nghiệm RT-PCR hoặc xét nghiệm nhanh kháng nguyên SARS-CoV-2 dương tính theo hướng dẫn của Bộ Y tế tại công văn 11042/BYT-DP ngày 29/12/2021, đủ điều kiện cách ly tại nhà.

Điều kiện cách ly tại nhà:

• Hội đủ 02 tiêu chí lâm sàng:

1. Không triệu chứng hoặc triệu chứng lâm sàng ở mức độ nhẹ (không có suy hô hấp: $SpO_2 \geq 97\%$ khi thở khí trời, nhịp thở ≤ 20 lần/phút).
2. Độ tuổi từ 3 tháng đến 64 tuổi, không có bệnh nền, không mang thai, không béo phì, đã tiêm đủ liều vắc-xin. Đối với những trường hợp không thỏa điều kiện này có thể xem xét cách ly tại nhà nếu có bệnh nền ổn định, sức khỏe chưa có dấu hiệu bất thường, bảo đảm tiêm liều vắc-xin hoặc sau 14 ngày kể từ ngày tiêm mũi vắc-xin phòng COVID-19 đầu tiên và F0 có nguyện vọng cách ly tại nhà.

• **Có khả năng tự chăm sóc:** người F0 có thể tự chăm sóc bản thân (như ăn uống, tắm rửa, giặt quần áo, vệ sinh...); biết cách đo thân nhiệt; có khả năng tự dùng thuốc theo đơn thuốc của bác sĩ; có khả năng liên lạc với nhân viên y tế để được theo dõi, giám sát và khi có tình trạng cấp cứu. Trường hợp F0 là trẻ em hoặc người không tự chăm sóc cá nhân được thì cần phải có người hỗ trợ chăm sóc.

* **Lưu ý:** Nếu F0 hội đủ 2 tiêu chí trên nhưng nếu hộ gia đình có người thuộc nhóm nguy cơ (người có bệnh nền có nguy cơ cao theo danh mục bệnh nền của Bộ Y tế, người trên 50 tuổi, phụ nữ có thai, người trên 18 tuổi chưa tiêm đủ liều vắc-xin phòng COVID19), khuyến khích F0 cách ly nơi khác (không có người thuộc nhóm nguy cơ hoặc cách ly tập trung) để giảm nguy cơ lây lan cho các thành viên khác trong hộ gia đình, nhất là người thuộc nhóm nguy cơ.

Việc xem xét cho người F0 thuộc nhóm nguy cơ cách ly, theo dõi tại nhà hay tại cơ sở điều trị có thể được xem xét dựa trên cơ sở: tình trạng, mức độ bệnh; điều kiện chăm sóc, điều trị tại nhà; sự hỗ trợ của cán bộ y tế; nguyện vọng của F0 hay gia đình.

CÁC HOẠT ĐỘNG CHĂM SÓC SỨC KHỎE CHO NGƯỜI F0 CÁCH LY TẠI NHÀ

Hoạt động 1

Xác định, lập danh sách người F0 cách ly tại nhà trên địa bàn

- 1 Trạm y tế phường, xã, thị trấn chịu trách nhiệm tiếp nhận, cập nhật danh sách người F0 trên địa bàn từ nhiều nguồn khác nhau: phần mềm “Hệ thống thông tin bệnh truyền nhiễm” (CDS); phần mềm “Hệ thống quản lý người cách ly và người bệnh COVID-19”; Ủy ban nhân dân phường, xã, thị trấn; Tổ COVID cộng đồng; Tổ chăm sóc người nhiễm COVID-19 tại cộng đồng và do người dân khai báo (do tự làm xét nghiệm).
Trong trường hợp chưa đủ chứng cứ để xác định là F0, Trạm y tế phường, xã, thị trấn, Trạm y tế lưu động thực hiện lại xét nghiệm cho người bệnh bằng test nhanh do Bộ Y tế cấp phép (nhân viên y tế trực tiếp thực hiện hoặc yêu cầu người bệnh thực hiện dưới sự giám sát của nhân viên y tế bằng hình thức trực tiếp hoặc gián tiếp qua các phương tiện từ xa).
- 2 Nhập thông tin người F0 trên phần mềm “Hệ thống quản lý người cách ly và người bệnh COVID-19” kể từ khi tiếp nhận thông tin F0. Chuyển thông tin cho các Cơ sở quản lý người nhiễm COVID-19 tại nhà được phân công trên phần mềm hoặc file excel trong vòng 4-6 giờ.
- 3 Chuyển danh sách người thuộc nhóm nguy cơ (kèm số điện thoại liên lạc) đến “Mạng lưới Thầy thuốc đồng hành” để thực hiện tư vấn, thăm hỏi sức khỏe định kỳ, hướng dẫn chăm sóc bệnh nền (nếu có).



Hoạt động 2



Hướng dẫn F0 tự chăm sóc và theo dõi sức khỏe tại nhà

- 1 Khi tiếp nhận danh sách F0, người tiếp nhận đánh giá nhanh các điều kiện cách ly tại nhà (tiêu chí lâm sàng và khả năng tự chăm sóc), đánh giá, phân loại nguy cơ theo Quyết định 5525/QĐ-BYT của Bộ Y tế bằng hình thức trực tiếp hoặc gián tiếp qua các phương tiện từ xa. Trong trường hợp F0 đủ điều kiện cách ly tại nhà, hướng dẫn những điều cần tuân thủ, tự chăm sóc và theo dõi sức khỏe tại nhà, cụ thể như sau:
 - Chuẩn bị các vật dụng cần thiết khi cách ly tại nhà gồm: Nhiệt kế, thiết bị đo SpO2, máy đo huyết áp (nếu có); khẩu trang y tế; phương tiện vệ sinh tay; dung dịch nước muối sinh lý để súc họng, rửa mũi; vật dụng cá nhân, thùng chứa chất thải lây nhiễm có nắp đậy.
 - Chuẩn bị thuốc điều trị tại nhà gồm: Thuốc điều trị COVID-19 được cấp phát; thuốc đang điều trị bệnh nền (tăng huyết áp, đái tháo đường, tim mạch, hen phế quản, ...) đủ sử dụng trong 01 tháng.

CÁC HOẠT ĐỘNG CHĂM SÓC SỨC KHỎE CHO NGƯỜI F0 CÁCH LY TẠI NHÀ



Những điều F0 cần làm khi cách ly tại nhà

- Không bị quan, giữ tâm lý luôn thoải mái. Khi gặp khó khăn, liên hệ nhân viên y tế để được tư vấn từ xa.
- Tự theo dõi sức khỏe: Đo thân nhiệt, đếm nhịp thở, đo SpO2 (nếu có thiết bị) ít nhất hai lần một ngày, hoặc khi cảm thấy mệt, khó thở.
- Tiếp tục sử dụng các thuốc điều trị bệnh nền theo toa của bác sĩ.
- Mang khẩu trang liên tục, rửa tay hoặc sát khuẩn tay thường xuyên.
- Rửa mũi, súc họng hàng ngày bằng nước muối sinh lý.
- Thường xuyên tập thở, vận động nâng cao sức khỏe.
- Uống đủ nước hoặc nhiều hơn nếu có sốt, tiêu chảy. Không bỏ bữa, tăng cường dinh dưỡng, ăn uống đủ chất, tăng cường trái cây tươi, rau xanh.
- Khai báo y tế mỗi ngày ít nhất 01 lần hoặc khi có triệu chứng bất thường qua ứng dụng "Y tế HCM" hoặc qua phiếu tự theo dõi sức khỏe.
- Nơi cách ly phải thông thoáng, không sử dụng máy lạnh trung tâm; thường xuyên làm vệ sinh các bề mặt, vật dụng, nhà vệ sinh.
- Khử khuẩn các vật dụng và bề mặt tiếp xúc như mặt bàn, tay nắm cửa, bồn cầu, lavabo, ... Phân loại, thu gom chất thải lây nhiễm đúng quy định.
- Có số điện thoại của nhân viên y tế Cơ sở đang quản lý người nhiễm COVID-19 tại nhà để liên hệ khi cần tư vấn, hỗ trợ; tổng đài "1022", "Mạng lưới thầy thuốc đồng hành" hoặc Tổ phản ứng nhanh phường, xã, thị trấn, quận, huyện.



Những điều KHÔNG nên làm

- **Không** tự ý rời khỏi phòng cách ly trong suốt thời gian cách ly.
- **Không** sử dụng chung vật dụng với người khác.
- **Không** ăn uống cùng với người khác.
- **Không** tiếp xúc gần với người khác hoặc vật nuôi.
Trường hợp cần có người chăm sóc, người chăm sóc phải đeo khẩu trang, kính chắn giọt bắn, vệ sinh tay trước và sau khi chăm sóc.



CÁC HOẠT ĐỘNG CHĂM SÓC SỨC KHỎE CHO NGƯỜI F0 CÁCH LY TẠI NHÀ

Người F0 hoặc người chăm sóc báo ngay cho Cơ sở đang quản lý người nhiễm COVID-19 tại nhà nếu người F0 có MỘT trong các dấu hiệu sau đây:

- Khó thở, thở hụt hơi hoặc nhịp thở tăng (> 21 lần/phút đối với người lớn; ≥ 40 lần/phút đối với trẻ từ 01 đến dưới 05 tuổi; ≥ 30 lần/phút đối với trẻ từ 05 đến dưới 12 tuổi). Độ bão hòa oxy trong máu ngoại vi (SpO_2) < 97% (nếu đo được).
- Mạch nhanh > 120 lần/phút hoặc dưới 50 lần/phút. Huyết áp tối đa < 90 mmHg, huyết áp tối thiểu < 60 mmHg (nếu có thiết bị).
- Đau tức ngực thường xuyên, cảm giác bó thắt ngực, đau tăng khi hít sâu.
- Thay đổi ý thức: Lú lẫn, ngủ rũ, lơ mơ, rất mệt/mệt lả, trẻ quấy khóc, li bì khó đánh thức, co giật.
- Tím môi, tím đầu móng tay, móng chân, da xanh, môi nhợt, lạnh đầu ngón tay, ngón chân.
- Không thể uống.
- Trẻ có biểu hiện: Sốt trên 38°C , đau rất họng, ho, tiêu chảy, trẻ mệt, không chịu chơi, tức ngực, cảm giác khó thở, SpO_2 < 97% (có thiết bị), ăn/bú kém,...



2 Trong vòng 24 giờ sau khi nhận được danh sách F0, Cơ sở quản lý người nhiễm COVID-19 tại nhà được phân công quản lý F0 phải cấp phát thuốc điều trị COVID-19 theo quy định (cấp ngay gói thuốc A nếu F0 không có triệu chứng; cấp ngay gói thuốc A - C nếu F0 có triệu chứng nhẹ).

- Đối với F0 thuộc nhóm nguy cơ: Ưu tiên cấp ngay gói thuốc C khi có kết quả xét nghiệm SARS-CoV-2 dương tính (bao gồm người không có triệu chứng và có triệu chứng nhẹ), hướng dẫn người bệnh uống ngay thuốc kháng vi-rút trước khi xem xét cho người bệnh cách ly tại nhà hay cơ sở điều trị. Trong trường hợp người bệnh được chuyển đến cơ sở điều trị, hướng dẫn người bệnh tiếp tục sử dụng thuốc kháng vi-rút đã được cấp phát; ghi rõ thông tin sử dụng thuốc vào phiếu chuyển viện hoặc thông báo cho cơ sở tiếp nhận biết để tiếp tục theo dõi.
- Việc cấp phát thuốc điều trị COVID-19 có thể cấp tại nhà hoặc người nhà F0 liên hệ Trạm y tế, Trạm y tế lưu động để nhận thuốc.

CÁC HOẠT ĐỘNG CHĂM SÓC SỨC KHỎE CHO NGƯỜI F0 CÁCH LY TẠI NHÀ

Hoạt động 3

Theo dõi sức khỏe F0 và khám chữa bệnh tại nhà

1 Theo dõi sức khỏe F0

- Theo dõi sức khỏe F0 mỗi ngày, cập nhật diễn tiến vào phần mềm “**Hệ thống quản lý người cách ly và người bệnh COVID-19**”.
- Luôn sẵn sàng tiếp nhận điện thoại của người F0 để tư vấn hoặc khám chữa bệnh tại nhà trong trường hợp cần can thiệp y tế hoặc không liên hệ được.

2 Khám chữa bệnh, kê đơn điều trị tại nhà

- Các thuốc điều trị COVID-19 tại nhà gồm 03 gói (A, B, C): Gói thuốc A là những thuốc thông dụng bao gồm thuốc hạ sốt và thuốc nâng cao thể trạng; Gói thuốc C là thuốc kháng vi-rút được sử dụng theo Chương trình sử dụng thuốc Molnupiravir có kiểm soát tại cộng đồng cho người mắc COVID-19 triệu chứng nhẹ của Bộ Y tế.



Trong đó, các thuốc chống đông dạng uống (Rivaroxaban, Apixaban, Dabigatran) và thuốc kháng vi-rút (Molnupiravir, Favipiravir) đã được đưa vào Hướng dẫn chẩn đoán và điều trị COVID-19 mới nhất, phiên bản 7 do Bộ Y tế ban hành ngày 06/10/2021.

- Khi F0 có triệu chứng nhẹ hoặc F0 thuộc nhóm nguy cơ, bác sĩ của Cơ sở quản lý người nhiễm COVID-19 tại nhà phải đánh giá tình trạng sức khỏe của F0. Trong trường hợp F0 có chỉ định dùng thuốc kháng vi-rút, Cơ sở quản lý người nhiễm COVID-19 tại nhà cấp phát gói thuốc C. Đối với thuốc Molnupiravir, khi cấp phát, F0 phải ký cam kết theo quy định của Chương trình sử dụng thuốc Molnupiravir có kiểm soát tại cộng đồng cho người mắc COVID-19 triệu chứng nhẹ của Bộ Y tế.
- Khi F0 cảm thấy khó thở (thở hụt hơi, khó thở tăng lên khi vận động, nhịp thở khi nghỉ ngơi > 20 lần/phút hoặc đo SpO₂ < 97%) phải liên hệ ngay với Cơ sở đang quản lý F0 để được tư vấn, hỗ trợ. Bác sĩ đánh giá tình trạng bệnh, nếu có chỉ định nhập viện, bác sĩ sẽ cho người bệnh sử dụng 01 liều duy nhất (gói thuốc B) trước khi chuyển viện.



CÁC HOẠT ĐỘNG CHĂM SÓC SỨC KHỎE CHO NGƯỜI F0 CÁCH LY TẠI NHÀ



Hoạt động 4

Xét nghiệm cho người F0 cách ly tại nhà

- 1 F0 cách ly, điều trị tại nhà sẽ được dỡ bỏ cách ly, điều trị tại nhà khi: cách ly, điều trị đủ 10 ngày và có kết quả xét nghiệm kháng nguyên âm tính với vi-rút SARS-CoV-2 do nhân viên y tế thực hiện hoặc người bệnh tự thực hiện dưới sự giám sát của nhân viên y tế bằng ít nhất một trong các hình thức trực tiếp hoặc gián tiếp qua các phương tiện từ xa (test nhanh do Bộ Y tế cấp phép).
- 2 Cơ sở được phân công quản lý F0 lập danh sách xác nhận F0 khỏi bệnh, báo cáo Ban Chỉ đạo phòng, chống dịch COVID-19 phường, xã, thị trấn để cấp giấy xác nhận hoàn thành thời gian cách ly theo quy định; đồng thời cấp giấy nghỉ việc hưởng bảo hiểm xã hội cho người lao động theo hướng dẫn của Sở Y tế tại công văn số 9000/SYT-NVY ngày 02/12/2021 (đối với người lao động là F0).
- 3 Làm xét nghiệm SARS-CoV-2 cho người chăm sóc hoặc người ở cùng nhà với F0 khi có triệu chứng nghi mắc COVID-19.

Hoạt động 5

Xử trí cấp cứu, chuyển viện cho người F0 cách ly tại nhà

Khi F0 cách ly tại nhà có các dấu hiệu chuyển nặng, Cơ sở quản lý người nhiễm COVID-19 tại nhà hướng dẫn, xử trí cấp cứu cho người bệnh, đồng thời liên hệ Tổ phản ứng nhanh phường, xã, thị trấn, quận, huyện, thành phố Thủ Đức để được hỗ trợ xử trí cấp cứu và chuyển người bệnh đến bệnh viện gần nhất.

Dấu hiệu chuyển nặng:

- **Đối với người lớn:** Khó thở biểu hiện bằng thở hụt hơi, thở nhanh trên **25 lần/phút**, li bì, lừ đừ, tím tái môi, đầu chi, **SpO₂ < 94%**.
- **Đối với trẻ em:** Thở nhanh theo tuổi (**1–5 tuổi: ≥ 40 lần/phút, 5-12 tuổi: ≥ 30 lần/phút, > 12 tuổi: ≥ 20 lần/phút**), cánh mũi phập phồng, rút lõm lồng ngực, li bì, lờ đờ, bỏ bú/ăn uống, tím tái môi đầu chi, **SpO₂ < 95%** (nếu có đo).



HƯỚNG DẪN SỬ DỤNG THUỐC ĐIỀU TRỊ COVID-19 TẠI NHÀ CHO NGƯỜI TRÊN 18 TUỔI

Thuốc điều trị COVID-19 tại nhà gồm 03 gói (A, B, C):

- **Gói thuốc A** là những thuốc thông dụng bao gồm thuốc hạ sốt và thuốc nâng cao thể trạng;
- **Gói thuốc B** là thuốc kháng viêm và thuốc chống đông chỉ sử dụng trong tình huống đặc biệt;
- **Gói thuốc C** là thuốc kháng vi rút với liều dùng theo thuyết minh để cương thử nghiệm lâm sàng đã được phê duyệt.



★ **GÓI THUỐC A** (dùng trong 07 ngày)

cấp ngay cho F0 khi tiếp nhận thông tin.

1 Paracetamol 500mg - Uống 01 viên khi sốt trên 38.5°C, có thể lặp lại mỗi 04 giờ đến 06 giờ nếu vẫn còn sốt.

2 Các loại vitamin (Vitamin tổng hợp hoặc vitamin C)

• **Vitamin tổng hợp:** uống ngày 01 lần, 01 viên.

HOẶC • **Vitamin C 500mg:** uống ngày 02 lần, sáng 01 viên, trưa 01 viên.

★ **GÓI THUỐC B**

(chỉ dùng khi có chỉ định của bác sĩ theo Hướng dẫn chẩn đoán và điều trị COVID-19 tại Quyết định số 4689/QĐ-BYT ngày 06/10/2021 của Bộ Y tế)
Hướng dẫn người bệnh khi cảm thấy **khó thở** (thở hụt hơi, khó thở tăng lên khi vận động, nhịp thở khi nghỉ ngơi > **20 lần/phút** hoặc đo **SpO₂ < 97%**) phải liên hệ ngay với bác sĩ để được tư vấn, hỗ trợ. Bác sĩ đánh giá tình trạng bệnh, nếu có chỉ định nhập viện, bác sĩ sẽ cho người bệnh sử dụng 01 liều duy nhất (gói thuốc B) trước khi chuyển viện.

3 Dexamethasone 0,5mg x 12 viên

Uống 01 lần, 12 viên tương đương 06 mg)

HOẶC • **Methylprednisolone 16mg** x 01 viên, uống 01 lần, 01 viên.

4 Rivaroxaban 10mg x 01 viên, uống 01 lần, 01 viên.

HOẶC • **Apixaban 2,5 mg** x 01 viên, uống 01 lần, 01 viên.

HOẶC • **Dabigatran 220mg** x 01 viên, uống 01 lần, 01 viên.

HƯỚNG DẪN SỬ DỤNG THUỐC ĐIỀU TRỊ COVID-19 TẠI NHÀ CHO NGƯỜI TRÊN 18 TUỔI



* Lưu ý:

Thuốc số 3 và thuốc số 4 **KHÔNG** sử dụng trong các trường hợp sau: Phụ nữ có thai và phụ nữ đang cho con bú, người có mắc một trong những bệnh (viêm loét dạ dày tá tràng, suy gan, suy thận, các bệnh lý dễ gây chảy máu đường tiêu hóa, đường tiết niệu và các bệnh lý dễ gây chảy máu khác).

* **GÓI THUỐC C** (dùng trong 05 ngày)

Đây là thuốc kháng vi-rút được chỉ định đối với trường hợp F0 có triệu chứng nhẹ, thuốc này được Bộ Y tế cung cấp trong Chương trình can thiệp cộng đồng có kiểm soát sử dụng cho người từ 18 tuổi. Đối với người thuộc nhóm nguy cơ thì cấp ngay khi có kết quả xét nghiệm SARS-CoV-2 dương tính (bao gồm người không có triệu chứng và có triệu chứng nhẹ).

5 Molnupiravir viên 200mg hoặc viên 400mg

Uống ngày 02 lần: sáng 800mg, chiều 800mg, uống 05 ngày liên tục.

HOẶC • Favipiravir viên 200mg

Uống ngày đầu tiên: sáng 1.600mg, chiều 1.600mg.

Uống ngày 2 đến ngày 7: sáng 600mg, chiều 600mg.

* Lưu ý:

- **Khi chỉ định thuốc Molnupiravir cho F0:** Các cơ sở y tế hướng dẫn cho người F0 ký phiếu chấp thuận tham gia Chương trình sử dụng thuốc Molnupiravir có kiểm soát tại cộng đồng cho người mắc COVID-19 triệu chứng nhẹ trước khi cấp phát.
- **Thuốc Molnupiravir KHÔNG sử dụng** trong trường hợp phụ nữ đang có thai hoặc có kế hoạch có thai, đang cho con bú. Người suy gan, viêm gan siêu vi cấp, suy thận, viêm tụy cấp hoặc mạn cần có ý kiến bác sĩ trước khi sử dụng.
- **Thuốc Favipiravir KHÔNG sử dụng** trong trường hợp phụ nữ đang có thai hoặc có kế hoạch có thai, đang cho con bú, suy gan nặng, suy thận nặng.

HƯỚNG DẪN SỬ DỤNG GÓI THUỐC ĐIỀU TRỊ COVID-19 TẠI NHÀ CHO TRẺ EM TRÊN 1 TUỔI



* Hướng dẫn điều trị trẻ em mắc COVID-19 mức độ nhẹ tại nhà

- Nằm phòng riêng.
- Áp dụng phòng ngừa chuẩn, đeo khẩu trang với trẻ ≥ 2 tuổi
- Điều trị triệu chứng:
 - + Hạ sốt khi nhiệt độ $\geq 38.5^{\circ}\text{C}$: Paracetamol liều 10-15mg/kg/lần mỗi 6 giờ.
 - + Thuốc điều trị ho: Ưu tiên dùng thuốc ho thảo dược.
- Uống nhiều nước.
- Đảm bảo dinh dưỡng: bú mẹ, ăn đầy đủ.
- Vệ sinh thân thể, răng miệng, mũi họng.
- Tập thể dục tại chỗ và tập thở ít nhất 15 phút/ngày (trẻ lớn).
- Theo dõi:
 - + Đo thân nhiệt tối thiểu 2 lần/ngày hoặc khi cảm thấy trẻ sốt.
 - + Đo SpO₂ (nếu có thiết bị) tối thiểu 2 lần/ngày hoặc khi cảm thấy trẻ mệt, thở nhanh/khó thở.
- Khai báo y tế hàng ngày qua ứng dụng “Y tế HCM” hoặc qua phiếu tự theo dõi sức khỏe, báo nhân viên y tế khi có dấu hiệu cảnh báo.



HƯỚNG DẪN SỬ DỤNG GÓI THUỐC ĐIỀU TRỊ COVID-19 TẠI NHÀ CHO TRẺ EM TRÊN 1 TUỔI



*** Hướng dẫn sử dụng gói thuốc trẻ em điều trị COVID-19 tại nhà (dùng trong 07 ngày)**

Độ tuổi trẻ em	Dạng thuốc	Liều thuốc mỗi lần
< 1 tuổi	Paracetamol bột 80mg	1 gói x 4 lần/ ngày
Từ 1 đến dưới 2 tuổi	Paracetamol bột 150mg	1 gói x 4 lần/ ngày
Từ 2 đến dưới 5 tuổi	Paracetamol bột 250mg	1 gói x 4 lần/ ngày
Từ 5 đến 12 tuổi	Paracetamol viên 325mg	1 viên x 4 lần/ ngày
Trên 12 tuổi	Paracetamol viên 500mg	1 viên x 4 lần/ ngày

*** Ghi chú:** Uống Paracetamol khi sốt trên 38.5°C, có thể lặp lại mỗi 04 giờ đến 06 giờ nếu vẫn còn sốt.

Dấu hiệu cảnh báo:

- Triệu chứng bất thường cần báo nhân viên y tế của Trạm y tế, Trạm y tế lưu động:

- Sốt > 38°C
- Đau rát họng, ho
- Tiêu chảy
- Trẻ mệt, không chịu chơi

- Tức ngực
- Cảm giác khó thở
- SpO₂ < 97% (nếu có thiết bị)
- Ăn/bú kém

- Dấu hiệu chuyển nặng cần báo cấp cứu 115 hoặc đội phản ứng nhanh tại xã, thị trấn để được cấp cứu tại nhà hoặc đưa trẻ đến bệnh viện ngay:

- Thở nhanh theo tuổi*
- Cánh mũi phập phồng
- Rút lõm lồng ngực

- Li bì, lơ đờ, bỏ bú/ăn uống
- Tím tái môi đầu chi
- SpO₂ < 95% (nếu có thiết bị)

*** Ghi chú:** Thở nhanh theo tuổi: Trẻ 1–5 tuổi: ≥ 40 lần/phút, 5-12 tuổi: ≥ 30 lần/phút, > 12 tuổi: ≥ 20 lần/phút.

**PHIẾU CHẤP THUẬN THAM GIA CHƯƠNG TRÌNH SỬ DỤNG
THUỐC MOLNUPIRAVIR CÓ KIỂM SOÁT TẠI CỘNG ĐỒNG CHO NGƯỜI
MẮC COVID-19 TRIỆU CHỨNG NHẹ**

Họ tên người F0: Số điện thoại:

Hiện ngụ tại:

Họ tên người thân (nếu có): SĐT người thân:

Tôi đồng ý tham gia vào "**Chương trình sử dụng thuốc Molnupiravir có kiểm soát tại cộng đồng cho người mắc COVID-19 có triệu chứng nhẹ**" và CAM KẾT thực hiện đúng tất cả những nội dung sau đây:

- Sử dụng thuốc đúng mục đích của chương trình và không chia sẻ cho người khác (kể cả người thân). Trong trường hợp không sử dụng hết thuốc của chương trình, phải hoàn trả lại cho nhân viên y tế địa phương (có xác nhận bên giao - bên nhận).
- Kiểm tra đúng tên thuốc Molnupiravir trước khi nhận và sử dụng thuốc theo đúng hướng dẫn của nhân viên y tế.
- Không mang thai, không cho con bú trong thời gian sử dụng thuốc hoặc có kế hoạch có thai trong vòng 100 ngày kể từ ngày cuối cùng sử dụng thuốc.
- Trong quá trình sử dụng thuốc nếu có tác dụng phụ không mong muốn sẽ báo ngay với Trạm y tế phường, xã, thị trấn, Trạm y tế lưu động. Không tự ý dùng sai liều.
- Chịu hoàn toàn trách nhiệm về việc sử dụng thuốc không đúng mục đích, không đúng hướng dẫn và cam kết khi tham gia Chương trình.
- Không tham gia đồng thời với bất kỳ Chương trình/Nghiên cứu nào khác có sử dụng Molnupiravir.

Thành phố Hồ Chí Minh, ngày tháng năm 20

NGƯỜI THAM GIA CHƯƠNG TRÌNH

(ký và ghi rõ họ tên)

.....



SỞ Y TẾ TP. HỒ CHÍ MINH
TRUNG TÂM KIỂM SOÁT BỆNH TẬT

Những lưu ý KHI SỬ DỤNG THIẾT BỊ ĐO SpO_2

1 Chỉ số SpO_2 :

- Độ bão hòa oxy trong máu bình thường là **98-100%**
- Người bệnh mắc COVID-19 khi có chỉ số **$SpO_2 < 94%$** sẽ được chỉ định thở oxy

2 Các bước sử dụng thiết bị đo SpO_2 :

- **Bước 1:** Xoa ấm bàn tay trước khi kẹp thiết bị đo SpO_2
- **Bước 2:** Để cố định bàn tay lên trên mặt bàn
- **Bước 3:** Khi đo cố gắng không cử động trong vòng 1 phút để kết quả được chính xác hơn

3 Yếu tố ảnh hưởng tới độ chính xác của máy đo SpO_2 :

- Người bệnh bị lạnh, huyết áp thấp
- Người bệnh cử động nhiều
- Đo ở môi trường có ánh sáng chiếu trực tiếp
- Người được đo **SpO_2** có sơn móng tay



THÔNG TIN LIÊN HỆ KHI CẦN

Trạm Y tế phường/xã: truy cập đường
dẫn hcdc.vn/h (cơ hữu) hoặc hcdc.vn/
(lưu động) hoặc quét mã QR

Đội phản ứng nhanh phường/xã:
truy cập đường dẫn hcdc.vn/p
hoặc quét mã QR

