

胡志明市人民委员会
防治新型冠状病毒感染的肺炎指导班



DEPARTMENT OF HEALTH



DEPARTMENT OF INFORMATION AND COMMUNICATIONS

手册

关于防治新型冠状病毒肺炎 (nCoV) 的问答



胡志明市疾控中心

ỦY BAN NHÂN DÂN THÀNH PHỐ HỒ CHÍ MINH
BAN CHỈ ĐẠO THÀNH PHỐ VỀ PHÒNG, CHỐNG DỊCH BỆNH
VIÊM ĐƯỜNG HÔ HẤP CẤP DO CHỦNG MỚI VI RÚT CORONA (2019-nCoV)



SỞ Y TẾ



SỞ THÔNG TIN VÀ TRUYỀN THÔNG

CẨM NANG

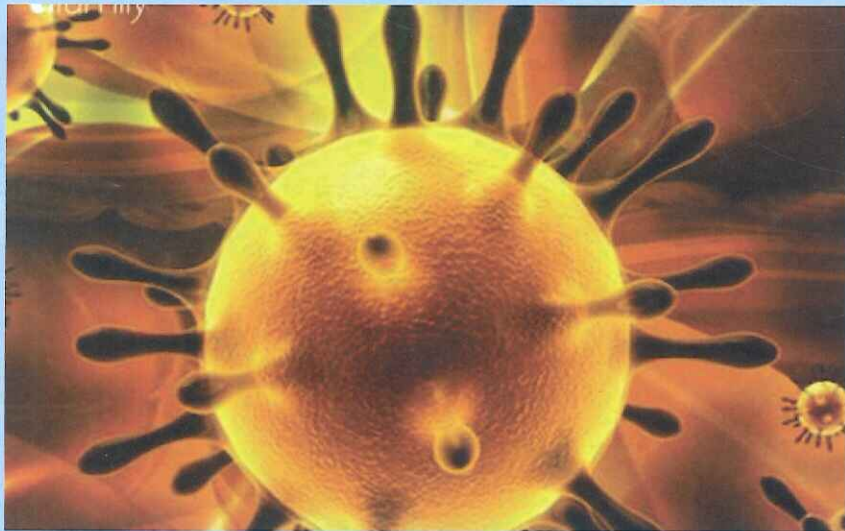
HỎI ĐÁP VỀ PHÒNG, CHỐNG DỊCH BỆNH
VIÊM ĐƯỜNG HÔ HẤP CẤP DO
CHỦNG VI RÚT CORONA MỚI (2019-nCoV)



TRUNG TÂM KIỂM SOÁT BỆNH TẬT THÀNH PHỐ

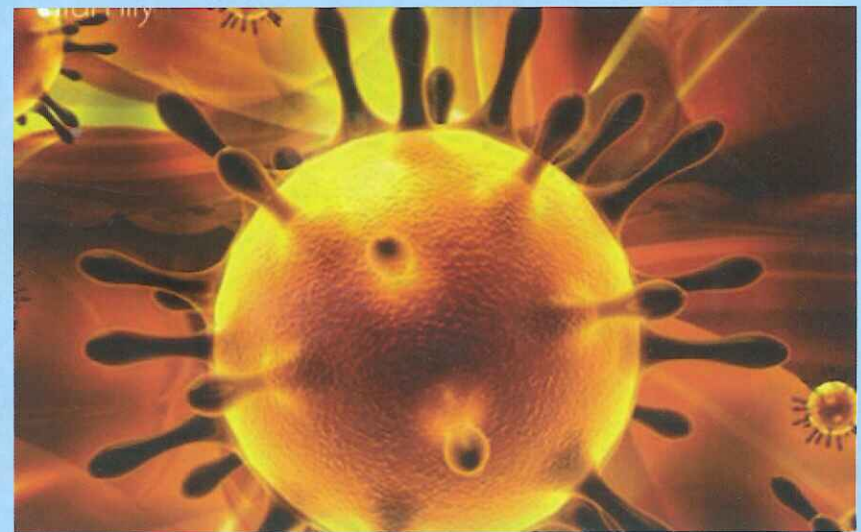
新型冠状病毒肺炎是什么？

2019 新型冠状病毒，简称2019-nCov，是一种新发现的病毒，起源地是在中国湖北省武汉市的野生动物市场。病毒感染所致肺炎，具备人传染人的能力。除了这种新发现的冠状病毒。既往已知感染人的冠状病毒有6种。



Bệnh viêm đường hô hấp cấp do chủng vi rút Corona mới là gì?

Bệnh viêm đường hô hấp cấp do chủng vi rút Corona mới gọi tắt là 2019-nCoV. Đây là loại vi rút mới phát hiện, được xác định trong một cuộc điều tra ổ dịch bắt nguồn từ khu chợ lớn chuyên bán hải sản và động vật ở Vũ Hán, tỉnh Hồ Bắc, Trung Quốc. Vi rút gây viêm đường hô hấp cấp ở người và cho thấy có sự lây lan từ người sang người. Ngoài chủng vi rút Corona mới phát hiện này, đã có 6 chủng vi rút Corona khác được biết tới ngày nay có khả năng lây nhiễm ở người.



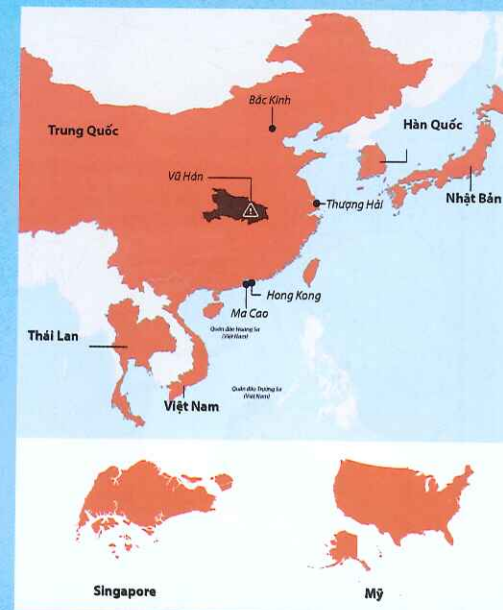
2019-nCoV 的根源是什么？

各卫生部门及合作方正在努力确定2019-nCoV的根源。冠状病毒是一种betacoronavirus，像MERS和SARS，它们的宿主都是蝙蝠。冠状病毒是一种很强的病毒，主要宿主在骆驼、猫和蝙蝠的身上。专家们正在研究它的具体根源。SARS的根源是小灵猫，而MERS的是骆驼。



2019-nCoV có nguồn gốc từ đâu?

Các cơ quan y tế và đối tác đang nỗ lực để xác định nguồn gốc của 2019-nCoV. Vi rút Corona là một betacoronavirus, giống như MERS và SARS, tất cả đều có nguồn gốc từ vật chủ là loài dơi. Vi rút Corona là một họ vi rút lớn, phổ biến ở nhiều loài động vật khác nhau bao gồm lạc đà, mèo và dơi. Phân tích cây di truyền của vi rút này đang được tiếp tục để biết nguồn gốc cụ thể của vi rút. SARS, một loại vi rút Corona khác xuất hiện lây nhiễm cho người, bắt nguồn từ loài cây hương, trong khi MERS, một loại vi rút Corona khác lây nhiễm cho người, bắt nguồn từ lạc đà.



2019-nCoV是怎么传播的?

新型冠状病毒可以在人与人之间传播。用手到被传染病毒的东西，然后用手接触眼睛、鼻子、嘴巴也可能被传染病毒。所以，防病的最基本手段是经常洗手。据一些研究，病毒还可以通过消化系统传播。



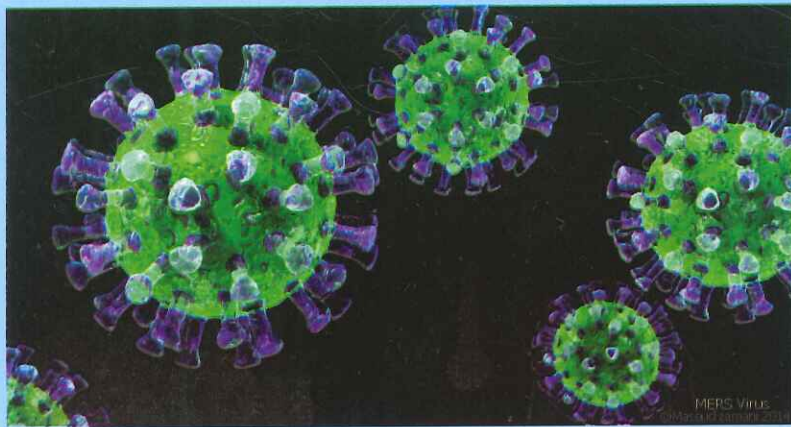
2019-nCoV lây lan như thế nào?

Đến nay, bệnh được xác định là có lây truyền từ người sang người qua đường tiếp xúc trực tiếp với chất tiết từ đường hô hấp của người bệnh. Bệnh còn lây qua đường gián tiếp khi bàn tay người lành tiếp xúc với các đồ vật bị nhiễm vi rút, sau đó đưa vào mắt, mũi, miệng và gây nhiễm bệnh. Do đó, phòng bệnh cơ bản là rửa tay thường xuyên bằng xà phòng và các biện pháp dự phòng không dùng thuốc. Theo một số nghiên cứu, bệnh cũng có thể lây qua đường tiêu hóa.



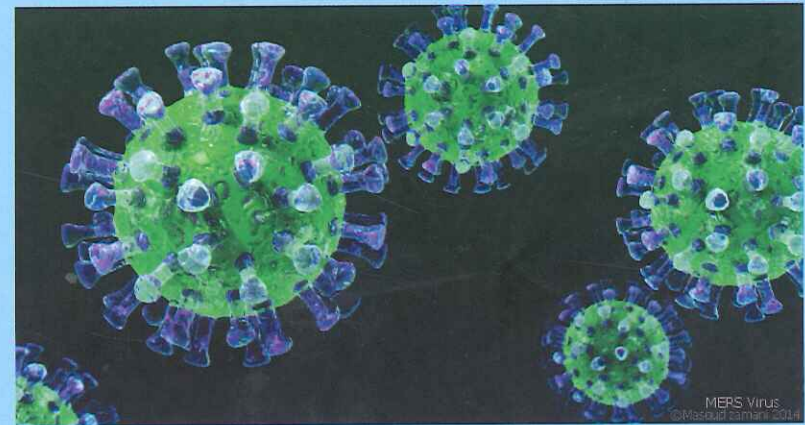
2019-nCoV像MERS-CoV或SARS-CoV吗?

新发现的2019-nCoV冠状病毒跟MERS冠状病毒和SARS冠状病毒不一样。但是，遗传分析显示这种新的病毒是跟SARS有关的。目前，专家们正在进行调查为了研究这一问题。



2019-nCoV có giống với vi rút MERS-CoV hoặc SARS-CoV không?

2019-nCoV mới xuất hiện gần đây không giống với vi rút Corona gây ra Hội chứng hô hấp Trung Đông (MERS) hoặc vi rút Corona gây ra Hội chứng hô hấp cấp tính nặng (SARS). Tuy nhiên, các phân tích di truyền cho thấy vi rút này xuất hiện từ một loại vi rút liên quan đến SARS. Hiện nay, những cuộc điều tra đang diễn ra để tìm hiểu thêm về vấn đề này.



2019-nCoV有哪些症状？ 它到底有多危险？

2019-nCoV轻微至危重型病例都有发热、干咳和南呼吸的症状。接触病源2到14天后会出现各种症状。病毒启发后会导致严重肺炎、呼吸衰竭、死亡，尤其是在已有慢性病、免疫缺陷患者。



2019-nCoV có những triệu chứng gì? Bệnh nguy hiểm ra sao?

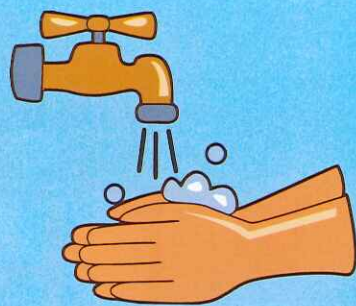
Theo báo cáo ở bệnh nhân mắc 2019-nCoV từ nhẹ đến nặng bao gồm các triệu chứng: sốt, ho và khó thở. Các triệu chứng này có thể xuất hiện từ 2 đến 14 ngày sau khi tiếp xúc nguồn bệnh. Tới khi khởi phát, nCoV có thể diễn biến đến viêm phổi nặng, suy hô hấp tiến triển và tử vong, đặc biệt ở những người có bệnh mạn tính, suy giảm miễn dịch.



应该做些什么才不被传染？

每个人要主动进行这些措施：

- 尽量不要出门、去旅游，如有发烧、咳嗽等呼吸道感染的症状，要就医检查，同时告诉医生旅行史。
- 经常用干净的水和肥皂、洗手液洗手，或使用含酒精成分的免洗洗手液。

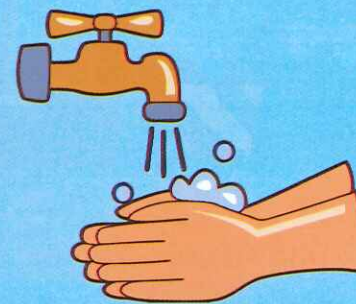


- 尽量不要用手触摸眼睛、鼻子、嘴巴。
- 避免接触肺炎患者，如有特殊情况，必须正确地戴上口罩。

Cần làm gì để phòng tránh lây nhiễm bệnh?

Mọi người cần chủ động thực hiện các biện pháp sau:

- Tránh đi lại, du lịch nếu đang có sốt, ho hoặc khó thở, đến ngay cơ sở y tế khi có triệu chứng nghi ngờ, đồng thời, chia sẻ lịch trình di chuyển của bạn với nhân viên y tế.
- Rửa tay thường xuyên bằng nước sạch và xà phòng. Nếu không có nước sạch và xà phòng thì có thể dùng dung dịch sát khuẩn bàn tay nhanh.



- Tránh đưa tay lên mắt, mũi, miệng để phòng lây nhiễm bệnh.
- Hạn chế tiếp xúc trực tiếp với người bị bệnh đường hô hấp cấp tính. Nếu cần thiết phải tiếp xúc thì phải đeo khẩu trang y tế đúng cách.

应该做些什么才不被传染？

- 咳嗽、打喷嚏时用纸巾或袖肘遮住口、鼻。然后安全处理纸巾和洗手。
- 不随地吐痰。
- 尽量不要到病毒流行区域旅游。
- 保持室内空气流通。
- 食用禽肉蛋奶时要充分煮熟。
- 避免接触野生动物。



Cần làm gì để phòng tránh lây nhiễm bệnh?

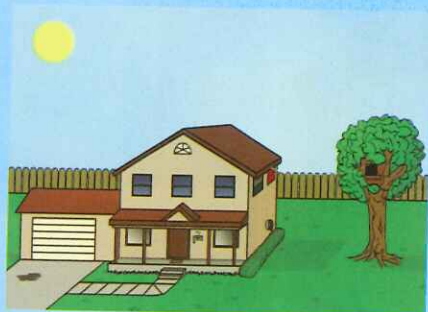
- Khi ho, hắt hơi hãy che kín miệng và mũi bằng khăn giấy hoặc tay áo. Sau khi sử dụng, bỏ khăn giấy vào thùng rác rồi rửa tay bằng nước sạch và xà phòng hoặc dung dịch sát khuẩn.



- Không khạc nhổ bừa bãi nơi công cộng.
- Hạn chế đi du lịch đến các vùng có dịch bệnh.
- Tăng cường thông khí khu vực nhà ở bằng cách mở các cửa ra vào và cửa sổ.
- Ăn chín, uống sôi.
- Hạn chế tiếp xúc với động vật hoang dã.

从中国、病毒流行区域归来或接触过疑似病例、确诊病例的人应该做什么？

- 跟当地有关部门联系，进行隔离。
- 如有发烧、咳嗽、呼吸困难的症状必须戴口罩，到最近的医院。



Những người về từ Trung Quốc, vùng có dịch, người tiếp xúc gần với người nghi nhiễm hoặc nhiễm nCoV cần phải làm gì?

- Khai báo với cơ quan sở tại để được hỗ trợ và cách ly theo quy định.
- Nếu có một trong những dấu hiệu sau: sốt/ho/khó thở phải đeo khẩu trang bảo vệ, thông báo ngay đến cơ sở y tế gần nhất để được tư vấn, khám, điều trị kịp thời.



如果必须到中国或病毒流行区域的话，我要做些什么？

- 如果没有特殊情况，不要到病毒流行区域来。
- 在特殊的情况下，到了病毒流行区域之后尽量不要出门，进行上面的一些防护措施。
- 如有症状，根据病情就近选择医院发热门诊就医，并戴上口罩就诊。
- 经常关注当地正规医疗机构的通知。

如何预防



Nếu phải đến Trung Quốc hoặc vùng có dịch, tôi phải làm gì?

- Nếu không có việc cần thiết hoặc công việc đột xuất, không nên đến vùng có dịch.
- Trường hợp bắt buộc phải đến vùng có dịch, hạn chế ra khỏi nhà, thường xuyên áp dụng các biện pháp phòng bệnh đã nói ở trên.
- Nếu có dấu hiệu sốt/ho/khó thở phải đeo khẩu trang, thông báo ngay đến cơ sở y tế gần nhất để được tư vấn, khám, điều trị kịp thời.
- Thường xuyên theo dõi thông tin, khuyến cáo phòng bệnh của Ngành Y tế địa phương.

Những khuyến cáo với người dân



如果我发烧、咳嗽、呼吸困难，我应该做什么？

- 尽量不要去旅游。
- 必须戴口罩，就医检查。
- 不要去人群聚集处。如有特殊情况，戴好口罩。



Nếu tôi bị sốt, ho, khó thở tôi phải làm gì?

- Không nên đi du lịch.
- Phải đeo khẩu trang y tế và đến khám bệnh tại cơ sở y tế gần nhất.
- Hạn chế tới nơi tập trung đông người. Trong trường hợp đi đến các nơi tập trung đông người cần đeo khẩu trang đúng cách.



什么时候必须戴口罩?

- 有以上的症状。
- 接触患者后。
- 到人群聚集处。



Khi nào tôi **CẦN** phải đeo khẩu trang?

- Có dấu hiệu bệnh viêm đường hô hấp như: sốt/ho/khó thở.
- Có tiếp xúc gần với người bị mắc bệnh viêm đường hô hấp cấp.
- Đến khu vực công cộng.



怎么正确地使用口罩？

- 使用一次
- 将深色的一面在外，因为这一面有防水功能。
- 戴的口罩不能太大太小，要合适，能遮住口、鼻。
- 脱口罩用双手拿着耳绳脱开，放进垃圾桶。正确洗手。



Sử dụng khẩu trang y tế như thế nào là đúng cách?

- Chỉ sử dụng một lần.
- Khi đeo khẩu trang phải để mặt màu sậm ra ngoài do mặt này có tính chống nước, các giọt nước bọt lớn bắn vào sẽ không thấm vào trong. Mặt màu trắng có tính hút ẩm, nên quay vào trong, để hơi thở thoát ra thấm vào khẩu trang.
- Cần mang khẩu trang vừa vặn, không quá rộng cũng không quá chật, có thể che kín được cả miệng và mũi.
- Khi tháo khẩu trang: cầm vào dây đeo qua tai, tháo ra cho vào thùng rác. Rửa tay với xà phòng và nước sạch ngay sau khi vứt bỏ khẩu trang.



怎么正确使用口罩?

注意:

- 不要往下拉口罩到口、下巴的位置。
- 不要用手触摸口罩, 因为这样会让手感染病毒。
- 不要用手直接拿口罩脱开, 只能拿着耳绳。



看胡志明市疾控中心YouTube频道的《如何正确地戴口罩》视频

Sử dụng khẩu trang y tế như thế nào là đúng cách?

Chú ý:

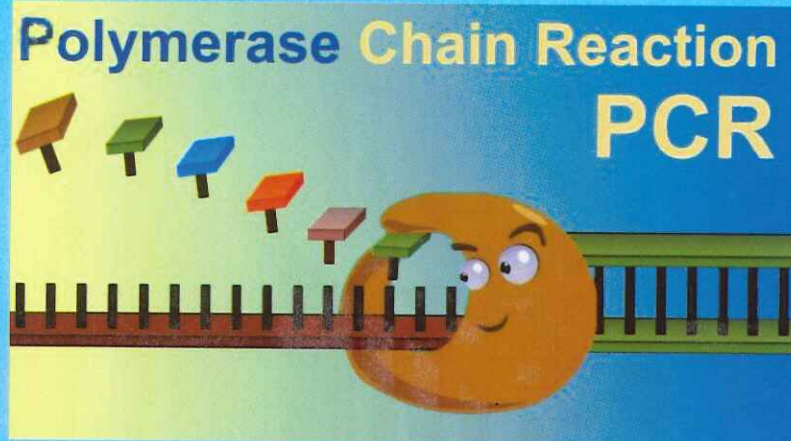
- KHÔNG NÊN kéo khẩu trang xuống miệng hoặc cằm.
- KHÔNG NÊN sờ tay vào mặt trước khẩu trang, vì động tác sờ tay sẽ vô tình làm cho bàn tay lây nhiễm vi rút và các tác nhân gây bệnh khác, sau đó truyền bệnh lại cho chính mình và những người xung quanh.
- KHÔNG dùng tay cầm vào khẩu trang để tháo ra, thói quen lấy tay vo khẩu trang lại sẽ gây lây nhiễm vi rút và các tác nhân gây bệnh khác cho bàn tay.



Xem Videoclip hướng dẫn cách đeo khẩu trang đúng cách trên trang Youtube của Trung tâm Kiểm soát bệnh tật Thành phố

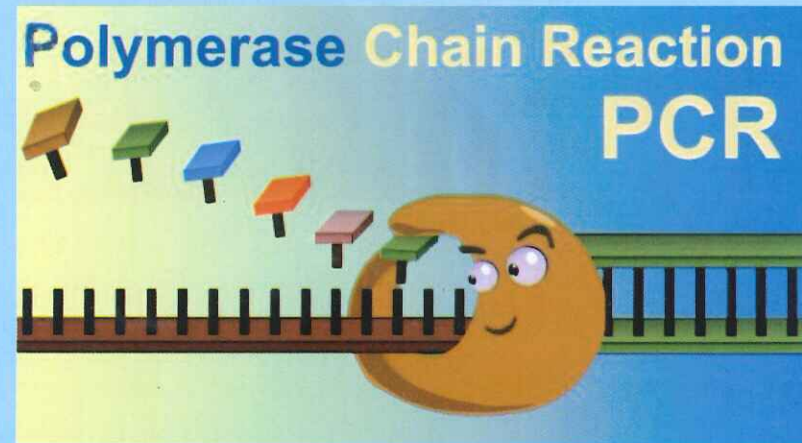
如何确诊一个人已经被传染nCoV?

目前为止，各种确诊2019-nCoV病毒只能在专门部门才可以进行。呼吸道标本血液标本实时荧光RT-PCR检测新型冠状病毒。疑似病例，医疗部门会将标本血液寄到相关部门进行确诊。



Làm sao để biết một người bị nhiễm nCoV?

Tại thời điểm này, các kiểm tra chẩn đoán chính xác 2019-nCoV chỉ có thể được tiến hành tại các cơ sở y tế được phép thực hiện xét nghiệm. Kỹ thuật xác định chủng 2019-nCoV là kỹ thuật Real time RT-PCR với bệnh phẩm là dịch đường hô hấp, đàm, dịch nội khí quản được thu thập bằng tăm bông và bảo quản trong môi trường phù hợp. Trong trường hợp người mới nghi nhiễm vi rút Corona, các cơ sở y tế sẽ làm thủ tục lưu mẫu máu để chuyển đến các đơn vị được Bộ Y tế cho phép xét nghiệm khẳng định nCoV.



我要到哪里才能确诊nCoV?

只有医生才能决定你是否要检测。如有肺炎症状，请到医院检查。



Tôi muốn xét nghiệm nCoV thì đến đâu?

Việc có xét nghiệm nCoV hay không sẽ tùy thuộc vào quyết định của bác sĩ. Nếu có dấu hiệu bệnh viêm đường hô hấp hãy đến cơ sở y tế gần nhất để được tư vấn, khám, điều trị.



胡志明市已经如何防治病毒？

在新型冠状病毒爆发危机下，胡志明市的各个政治部门都在努力保护人民的健康，减少疫病造成的损失。

本市已准备了各种方案来应对疫病。根据目前的情况，本市主要进行下列措施：

- 防病的基本措施是隔离患者，勤洗手及其他防护方式。
- 监测所有入境人。如发现有症状的情况和有流行病因素（从中国来的或者接触过患者）将转到医院进行确诊和隔离。
- 进行隔离、治疗确诊病例、疑似病例。减少传播病毒。

Thành phố Hồ Chí Minh đã thực hiện công tác phòng, chống bệnh như thế nào?

Trước nguy cơ bùng phát của bệnh viêm đường hô hấp cấp do nCoV tại Thành phố, cả hệ thống chính trị của Thành phố đã vào cuộc nhằm bảo vệ sức khỏe, tính mạng cho nhân dân, hạn chế thấp nhất tử vong do dịch này gây ra.

Thành phố đã chuẩn bị các phương án để ứng phó với tất cả các tình huống dịch bệnh có thể xảy ra. Trong tình hình hiện nay Thành phố tập trung thực hiện các giải pháp sau:

- Biện pháp phòng bệnh cơ bản là cách ly người bệnh, rửa tay thường xuyên bằng xà phòng và các biện pháp dự phòng không dùng thuốc.
- Giám sát người nhập cảnh. Nếu phát hiện trường hợp có dấu hiệu viêm đường hô hấp cấp và có yếu tố dịch tễ (đến từ Trung Quốc hoặc tiếp xúc với người nghi nhiễm nCov hoặc tiếp xúc người nhiễm nCoV) sẽ được chuyển đến bệnh viện cách ly và làm xét nghiệm.
- Tổ chức cách ly, điều trị bệnh nhân nghi ngờ nhiễm hoặc nhiễm nCoV theo quy định để hạn chế lây lan trong cộng đồng

胡志明市已经如何防治病毒？

- 对从中国来的人进行隔离检测
- 对接触过病例、疑似病例的人进行监察。
- 严格监测，有轻微症状的病例将进行隔离在家，严重的病例将转到医院。
- 给市民提供疫病实时动态和政府进行中的措施的信息。
- 就绪所有的医疗部门、隔离部门。
- 确保提供足够的医疗设备、药品、食品.....



Thành phố Hồ Chí Minh đã thực hiện công tác phòng, chống bệnh như thế nào?

- Tổ chức cách ly kiểm dịch đối với những người đến từ Trung Quốc.
- Tổ chức giám sát người tiếp xúc gần với người nhiễm bệnh.
- Giám sát phát hiện sớm ca bệnh trong cộng đồng để tránh lây lan. Những trường hợp có sốt ho và có yếu tố dịch tễ như trên sẽ được cách ly tại nhà. Nếu có dấu hiệu sốt, ho sẽ được chuyển đến cơ sở y tế.
- Cung cấp đầy đủ thông tin cho công chúng về bệnh, những biện pháp mà chính quyền đang làm để kiểm soát tình hình dịch bệnh tại địa phương.
- Tổ chức sẵn sàng các cơ sở điều trị, cơ sở cách ly kiểm dịch trên toàn thành phố để vận hành khi cần thiết.
- Đảm bảo cung cấp đầy đủ các trang thiết bị phòng chống dịch, cơ sở thuốc, lương thực thực phẩm, an sinh xã hội khi cần ban bố tình trạng khẩn cấp...



医疗中心热线

01. 胡志明市疾控中心:	0869.577.133
02. 第1郡医疗中心:	0902.318.877
03. 第2郡医疗中心:	0909.887.119
04. 第3郡医疗中心:	0986.199.575
05. 第4郡医疗中心:	0931.427.504
06. 第5郡医疗中心:	0913.917.779
07. 第6郡医疗中心:	0378.676.975
08. 第7郡医疗中心:	0913.679.909
09. 第8郡医疗中心:	0903.186.883
10. 第9郡医疗中心:	0842.322.345
11. 第10郡医疗中心:	0986.875.637
12. 第11郡医疗中心:	0903.031.921
13. 第12郡医疗中心:	0906.656.542
14. 平新郡医疗中心:	0982.630.450
15. 平盛郡医疗中心:	0902.418.869
16. 旧邑郡医疗中心:	0866.623.723
17. 富润郡医疗中心:	0902.963.115
18. 新平郡医疗中心:	0912.178.991
19. 新富郡医疗中心:	0909.138.400
20. 守德郡医疗中心:	0908.204.263
21. 平政县医疗中心:	0981.689.486
22. 芹蔴县医疗中心:	0903.632.153
23. 纠支县医疗中心:	0984.226.168
24. 旭门县医疗中心:	0902.881.396
25. 茹艸县医疗中心:	0903.632.153

DANH SÁCH SỐ ĐIỆN THOẠI ĐƯỜNG DÂY NÓNG CỦA CÁC TRUNG TÂM Y TẾ

01. Trung tâm Kiểm soát bệnh tật Thành phố:	0869.577.133
02. Trung tâm Y tế Quận 1:	0902.318.877
03. Trung tâm Y tế Quận 2:	0909.887.119
04. Trung tâm Y tế Quận 3:	0986.199.575
05. Trung tâm Y tế Quận 4:	0931.427.504
06. Trung tâm Y tế Quận 5:	0913.917.779
07. Trung tâm Y tế Quận 6:	0378.676.975
08. Trung tâm Y tế Quận 7:	0913.679.909
09. Trung tâm Y tế Quận 8:	0903.186.883
10. Trung tâm Y tế Quận 9:	0842.322.345
11. Trung tâm Y tế Quận 10:	0986.875.637
12. Trung tâm Y tế Quận 11:	0903.031.921
13. Trung tâm Y tế Quận 12:	0906.656.542
14. Trung tâm Y tế Quận Bình Tân:	0982.630.450
15. Trung tâm Y tế Quận Bình Thạnh:	0902.418.869
16. Trung tâm Y tế Quận Gò Vấp:	0866.623.723
17. Trung tâm Y tế Quận Phú Nhuận:	0902.963.115
18. Trung tâm Y tế Quận Tân Bình:	0912.178.991
19. Trung tâm Y tế Quận Tân Phú:	0909.138.400
20. Trung tâm Y tế Quận Thủ Đức:	0908.204.263
21. Trung tâm Y tế Huyện Bình Chánh:	0981.689.486
22. Trung tâm Y tế Huyện Cần Giờ:	0903.632.153
23. Trung tâm Y tế Huyện Củ Chi:	0984.226.168
24. Trung tâm Y tế Huyện Hóc Môn:	0902.881.396
25. Trung tâm Y tế Huyện Nhà Bè:	0903.632.153