

Thỉnh cầu tới người dân tỉnh Hokkaido

13/3/2023

- Ngay cả sau khi việc đeo khẩu trang được xem xét lại, các biện pháp phòng chống lây nhiễm cơ bản vẫn rất quan trọng.
- Thời điểm chuyển giao niên độ mới cũng là lúc có nhiều sự thay đổi về người như tìm việc, học lên, chuyển việc,... Vì thế hãy xác nhận lại những hành động cần thực hiện khi cảm thấy lo lắng hoặc khi có triệu chứng, bao gồm cả những đối sách phòng chống lây nhiễm cơ bản.

Thực hiện biện pháp phòng chống cơ bản

- Tránh tam mật ○Đảm bảo khoảng cách với người khác ○Rửa tay diệt khuẩn ○Thông khí đầy đủ

Đeo khẩu trang

Từ ngày 13 tháng 3, quy định về việc đeo khẩu trang ở Nhật sẽ thay đổi.

- Về nguyên tắc, không cần thiết phải đeo khẩu trang khi ra ngoài.
- Về nguyên tắc, không cần thiết phải đeo khẩu trang khi ở trong nhà, nhưng khuyến khích đeo khẩu trang trong những trường hợp dưới đây:
 - Khi thăm khám tại các cơ quan y tế
 - Khi đến thăm các cơ sở dành cho người cao tuổi hay cơ quan y tế có nhiều người có nguy cơ mắc bệnh cao, chẳng hạn như người cao tuổi, phải nhập viện và sinh hoạt.
 - Khi sử dụng phương tiện công cộng (xe buýt, tàu, v.v.) trong giờ cao điểm

Chú ý :

- Nhân viên và khách hàng có thể được yêu cầu đeo khẩu trang theo quyết định của doanh nghiệp.
- Chính sách đeo khẩu trang ở trường học sẽ thay đổi từ ngày 1 tháng 4 năm 2023.
- Những người có triệu chứng, người dương tính với covid-19, người sống chung nhà với người nhiễm covid-19, hãy hạn chế ra ngoài để tránh làm lây lan bệnh rộng. Ngoài ra, khi cấp thiết phải ra ngoài như phải đến bệnh viện, hãy đeo khẩu trang và tránh những nơi đông người.

※Chú ý không ép buộc đeo khẩu trang trái với ý muốn của họ.

Khi cảm thấy lo lắng về lây nhiễm

- Khi cảm thấy lo lắng về lây nhiễm và không có triệu chứng, hãy thực hiện xét nghiệm bất kể đã tiêm vắc-xin hay chưa.



Khi có triệu chứng

- Trường hợp có triệu chứng khác thường, tránh ra ngoài, đi làm, đến trường, đến nhà trẻ, v.v.
- Trường hợp có triệu chứng như sốt, cần tự xét nghiệm, sử dụng Trung tâm đăng ký người dương tính. Ngoài ra, trường hợp bệnh có nguy cơ chuyển biến xấu và có nguyện vọng được thăm khám, liên lạc với bác sĩ gia đình hoặc Trung tâm hỗ trợ sức khỏe.

Để biết thêm chi tiết, hãy xem “Quy trình từ khi xét nghiệm covid-19 đến khi chấm dứt điều trị y tế” mà Trung tâm đã tạo.

www.hiecc.or.jp/soudan/emg/index.html



Tiêm vắc-xin

Cần nhắc việc tiêm vắc-xin đối phó với chủng Omicron một cách nhanh chóng

Chuẩn bị trong cuộc sống thường ngày

Thuốc hạ sốt, kit xét nghiệm, Nhiệt kế, những vật dụng hàng ngày