



Tờ thông tin: Những điều quý vị cần biết về COVID-19

17/09/2020

COVID-19 là gì

Coronavirus là một họ vi-rút lớn gây bệnh đường hô hấp, có thể bao gồm từ bệnh cảm thông thường đến các bệnh nguy hiểm hơn.

COVID-19 là bệnh gây ra bởi loại coronavirus mới. Bệnh này được biết đến lần đầu tiên vào tháng 12 năm 2019 tại thành phố Vũ Hán, Trung Quốc.

Các triệu chứng khi bị nhiễm COVID-19

Các triệu chứng khi bị nhiễm COVID-19 có thể là bị bệnh nhẹ đến viêm phổi trầm trọng. Một số người sẽ hồi phục nhanh chóng và dễ dàng, còn những người khác thì có thể bị bệnh rất nhanh.

Các triệu chứng khi bị nhiễm COVID-19 bao gồm:

- sốt
- các triệu chứng bệnh đường hô hấp
- ho
- đau họng
- hụt hơi

Các triệu chứng khác có thể là sổ mũi, nhức đầu, đau cơ hoặc khớp, buồn nôn, tiêu chảy, nôn mửa, không còn ngửi được mùi, vị giác có thay đổi, ăn không ngon miệng và mệt mỏi.

Bệnh này lây lan như thế nào

COVID-19 lây từ người sang người qua:

- tiếp xúc gần gũi với người bệnh (kể cả trong 48 giờ trước khi các triệu chứng bệnh xuất hiện)
- tiếp xúc với những giọt li ti bắn ra khi người bệnh ho hoặc hắt hơi

- chạm vào đồ vật hoặc bề mặt (như nắm cửa hoặc mặt bàn) có dính những giọt li ti từ người bệnh, sau đó, sờ chạm vào miệng hoặc mặt quý vị

Vì COVID-19 là bệnh mới, nên trong cộng đồng chúng ta không có ai miễn dịch đối với bệnh này. Điều này có nghĩa là bệnh này có thể lây lan trên diện rộng và nhanh chóng.

Làm cách nào đi xét nghiệm COVID-19?

Bất kỳ ai bị các triệu chứng liên quan đến COVID-19 đều nên đi xét nghiệm. Điều quan trọng là phải đi xét nghiệm ngay cả khi chỉ bị các triệu chứng nhẹ.

Nếu lo lắng có lẽ mình bị nhiễm COVID-19, quý vị có thể:

- kiểm tra các triệu chứng của mình bằng tiện ích kiểm tra triệu chứng healthdirect hoặc gọi cho Đường dây Trợ giúp về Coronavirus Toàn quốc để được tư vấn qua số 1800 020 080. Nếu không biết nói tiếng Anh, quý vị có thể gọi số 131 450 để sử dụng Dịch vụ Thông Phiên dịch.
- đến phòng khám bệnh đường hô hấp COVID-19 miễn phí (phòng khám xét nghiệm)
- gọi điện thoại cho bác sĩ và họ sẽ sắp xếp cho quý vị làm xét nghiệm, quý vị có thể phải tốn tiền

Phòng khám bệnh đường hô hấp COVID-19 là trung tâm y tế dành riêng trên khắp đất nước, tập trung vào làm xét nghiệm những người bị các triệu chứng bệnh đường hô hấp.

Tìm [Phòng khám bệnh đường hô hấp COVID-19 gần quý vị nhất](#).

Chờ kết quả xét nghiệm

Có thể phải một vài ngày mới có kết quả xét nghiệm. Trong khi chờ kết quả xét nghiệm, quý vị phải tuân theo chỉ thị của cơ quan y tế công cộng và các chuyên viên y tế đã làm xét nghiệm cho quý vị.

Nếu đi xét nghiệm vì bị các triệu chứng bệnh, quý vị phải về thẳng về nhà và ở đó. Quý vị cần làm điều này cho đến khi có kết quả xét nghiệm âm tính hoặc các triệu chứng bệnh đã biến mất – tùy theo điều nào xảy ra sau.

Quý vị có thể phải trải qua kiểm dịch bởi vì quý vị là khách du lịch trở về hoặc tiếp xúc gần với người bị nhiễm COVID-19. Nếu quý vị phải làm xét nghiệm vì bất kỳ lý do gì trong thời gian kiểm dịch, quý vị phải tiếp tục trải qua thời gian kiểm dịch (14 ngày) cho đến khi chấm dứt. Quý vị phải làm điều này ngay cả khi không bị triệu chứng bệnh và kết quả xét nghiệm là âm tính.

Nếu kết quả xét nghiệm dương tính, quý vị cần cách ly với những người khác trong nhà quý vị, bệnh viện hoặc nơi ở khác theo lời dặn của bác sĩ và cơ quan y tế công cộng.

Chữa trị COVID-19 như thế nào?

Hiện không có phương pháp điều trị cụ thể hoặc vắc-xin nào đã được phê duyệt có thể chữa khỏi hoặc phòng ngừa COVID-19. Hiện có một số cách điều trị có thể giúp người bị bệnh COVID-19 trầm trọng phục hồi. Nhiều cuộc nghiên cứu ở Úc và khắp nơi trên thế giới đang diễn ra để tìm các loại vắc-xin và cách điều trị khả dĩ có kết quả.

Ai dễ bị nhiễm COVID-19 nhất?

Ở Úc, những người dễ bị nhiễm vi-rút này nhất là:

- người gần đây đã đi du lịch nước ngoài
- người đã tiếp xúc gần gũi với người nhận được chẩn đoán bị nhiễm COVID-19
- người ở trong các cơ sở cải huấn và giam giữ
- người ở trong khu dân cư tập thể

Những người dễ bị hoặc có lẽ dễ bị bệnh nặng hơn nếu họ bị nhiễm vi-rút là những thành phần dưới đây:

- người từ 70 tuổi trở lên
- người có hệ miễn dịch bị suy giảm bởi vì một số vấn đề sức khỏe hoặc cách điều trị
- người bị bệnh kinh niên như:
 - bệnh tim
 - bệnh phổi
 - suy thận
 - bệnh tiểu đường
 - béo phì trầm trọng
 - bệnh gan

Đây không phải là danh sách đầy đủ các bệnh kinh niên có thể làm tăng nguy cơ. Nếu bị bất kỳ vấn đề sức khỏe nào, quý vị nên thảo luận với bác sĩ điều trị về nguy cơ riêng của mình và những gì quý vị có thể thực hiện để bảo vệ bản thân.

Cho đến nay, so với toàn thể dân chúng, tỷ lệ trẻ em đã xác nhận bị nhiễm COVID-19 là thấp.

Ở thời điểm này, chúng ta không có nhiều bằng chứng về nguy cơ ở phụ nữ mang thai.

Cách bảo vệ bản thân và người khác khỏi bị nhiễm COVID-19

Tất cả chúng ta đều có thể góp phần ngăn chặn COVID-19 lây lan. Điều quan trọng là phải làm những điều dưới đây để làm giảm đà COVID-19 lây lan và bảo vệ những người dễ bị nhiễm bệnh nhất.

- duy trì khoảng cách 1,5 mét đối với người khác
- tránh chào hỏi có đụng chạm thân thể như bắt tay, ôm và hôn
- ở nhà nếu bị các triệu chứng bệnh giống như bị cảm hoặc cúm và đi xét nghiệm ngay cả khi bị các triệu chứng nhẹ
- mỗi khi ho và hắt hơi, quý vị hãy che lại bằng khuỷu tay hoặc khăn giấy (tissue)
- bỏ ngay khăn giấy (tissue) dơ vào thùng rác và rửa tay
- thường xuyên rửa tay bằng xà-bông và nước, kể cả trước và sau khi ăn, và sau khi đi tiêu tiểu
- sử dụng thuốc nước sát trùng tay có cồn
- tránh sờ chạm vào mắt, mũi và miệng
- làm sạch và khử trùng các bề mặt thường sử dụng như mặt bàn, bàn làm việc và nắm cửa
- làm sạch và khử trùng các đồ vật thường sử dụng như điện thoại di động, chìa khóa, ví/bóp và thẻ nhân viên để ra vào
- mở cửa sổ hoặc điều chỉnh máy lạnh để tăng lượng không khí trong lành.
- tải xuống ứng dụng COVIDSafe

Luôn luôn làm theo quy định về tụ họp tại nơi công cộng của [các cơ quan tiểu bang hoặc lãnh thổ](#).

Điều quan trọng là quý vị đừng bỏ các cuộc hẹn bác sĩ bình thường – đặc biệt nếu quý vị bị các bệnh kinh niên hoặc hiện tại cần được chăm sóc về y tế.

Muốn biết thêm thông tin và chi tiết liên lạc

[Trang mạng của Bộ Y tế, Chính phủ Úc](#)

[Tài liệu tiếng Anh về COVID-19](#)

[Tài liệu về COVID-19 bản dịch](#)

[Trang mạng của Chính phủ Úc](#)

[Tiện ích kiểm tra triệu chứng Healthdirect](#)

Tìm [phòng khám xét nghiệm COVID-19 gần quý vị nhất](#) (healthdirect)

[Trang mạng Head to Health](#) để được giúp đỡ về sức khỏe tâm thần và an sinh

Đường dây Trợ giúp về Coronavirus Toàn quốc: 1800 020 080. Đường dây thông tin này hoạt động 24 giờ một ngày, bảy ngày một tuần.

Dịch vụ Thông Phiên dịch: 131 450. Để có thông dịch viên và phiên dịch viên, nếu quý vị không biết nói tiếng Anh.