

Cửa sổ tiếp nhận tư vấn liên quan đến Covid-19 của tỉnh Gifu



Cửa sổ tư vấn dành cho cư dân tỉnh

Tel. 058(272)8198

<Thời gian làm việc> từ 8 giờ 30~17 giờ 15

Cửa sổ tư vấn sức khỏe của tỉnh

Tel. 058(272)8860

<Thời gian làm việc> 24 giờ (hàng ngày)

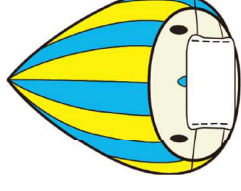


<Giám sát> Ông Murakami Nobuo
(Giám đốc trung tâm y tế tổng hợp Gifu/
Giáo sư đặc nhiệm trung tâm y tế khu vực trực thuộc khoa Y đại học Gifu)
(Ủy viên hội đồng chuyên môn ban chỉ đạo phòng chống dịch Covid-19 tỉnh Gifu)
<Thực hiện> Tỉnh Gifu

2021.8
ベトナム語版

Hướng Dẫn Phòng Chống Lây Nhiễm

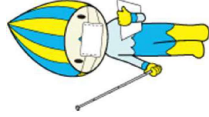
Hãy bảo vệ tính mạng khỏi Covid-19 !



Tỉnh Gifu

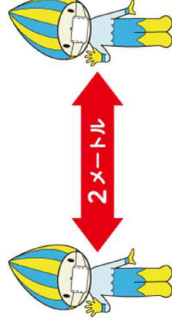
1 Covid-19

đã lây lan theo cách này



- Lây nhiễm khi ho, hắt hơi, nói chuyện... giọt bắn có chứa Virus trong phạm vi 2m sẽ tiếp xúc với mắt, mũi, miệng. (**Lây nhiễm qua nước bọt**)
- Bất kể trong nhà hay ngoài trời, tại những nơi tụ tập đông người khi vận động, la hét, hát hò... sẽ lây nhiễm thông qua việc nuốt, hít phải không khí có chứa Virus (**Lây nhiễm qua không khí**)
- Lây nhiễm khi bạn tiếp xúc trực tiếp với người khác, sờ vào những đồ nhiễm khuẩn, sau đó đưa tay có nhiễm Virus đó lên mắt, mũi, miệng (**Lây nhiễm tiếp xúc**)

2 Những địa điểm và hành động sau rất nguy hiểm



- Nói chuyện với người khác trong khoảng cách **2m** mà không đeo khẩu trang
- Tụ tập ăn uống nhiều giờ liên tục với người khác không sống cùng nhà
- Những nơi có hơn 1 trong các yếu tố như kém lưu thông khí (**kín**), tập trung đông người (**đông**), khoảng cách giữa người với người gần nhau (**chật**)

3

Nếu thực hiện phòng ngừa đầy đủ sẽ có thể phòng chống được Corona



- Miệng và mũi là nơi Virus xâm nhập vào cơ thể. Hãy dùng **khẩu trang** để bảo vệ. (dùng khẩu trang để chặn Virus xâm nhập vào cơ thể)
- **Vệ sinh tay** là bảo vệ tính mạng (Rửa tay với nước, hoặc dùng cồn khử trùng đều có hiệu quả)
- Giữ trật tự khi ăn uống (**Im lặng khi ăn**) ngay cả khi ăn uống nếu nói chuyện hãy đeo khẩu trang.

4

Mọi người hãy cùng nhau ngăn chặn Virus !



- Hãy liên tục mở cửa làm thông thoáng khí trong phòng (mỗi tiếng từ 2 lần trở lên, mỗi lần trên 5 phút)
- Nếu đối phương vẫn chưa thực hiện đầy đủ việc phòng ngừa thì hãy chỉ cho họ (những việc như đeo khẩu trang, vệ sinh tay...)
- Nếu cảm thấy sức khỏe bất thường, nhất định phải nghỉ ngơi tại nhà và nhanh chóng đi khám bệnh