

# HƯỚNG DẪN QUẢN LÝ NGƯỜI MẮC COVID-19 TẠI NHÀ

## HƯỚNG DẪN QUẢN LÝ NGƯỜI MẮC COVID-19 TẠI NHÀ

QUYẾT ĐỊNH 261/QĐ-BYT NGÀY 31/01/2022 CỦA BỘ Y TẾ

# NGƯỜI MẮC COVID-19 ĐƯỢC QUẢN LÝ TẠI NHÀ

## 3 TIÊU CHÍ LÂM SÀNG



Người mắc COVID-19 (được khẳng định nhiễm SARS-CoV-2 bằng xét nghiệm realtime RT-PCR hoặc test nhanh kháng nguyên theo quy định hiện hành) không có triệu chứng lâm sàng; hoặc có triệu chứng lâm sàng ở mức độ nhẹ (*sốt, ho khan, đau họng, nghẹt mũi, mệt mỏi, đau đầu, đau mỏi cơ, tê lưỡi, tiêu chảy, chảy mũi, mất mùi, mất vị*).



Không có các dấu hiệu của viêm phổi hoặc thiếu ô xy; nhịp thở < 20 lần/phút; SpO2 > 96% khi thở khí trời; không có thở bất thường như thở rên, rút lõm lồng ngực, phập phồng cánh mũi, thở khò khè, thở rít ở thì hít vào.



Không mắc bệnh nền, hoặc có bệnh nền nhưng đang được điều trị ổn định.

## KHẢ NĂNG TỰ CHĂM SÓC



Có thể tự chăm sóc bản thân như ăn uống, tắm rửa, giặt quần áo, vệ sinh; Có thể tự theo dõi tình trạng sức khỏe theo hướng dẫn của nhân viên y tế.



Có khả năng liên lạc với nhân viên y tế để được theo dõi, giám sát và khi có tình trạng cấp cứu; Có khả năng giao tiếp và sẵn có phương tiện liên lạc như điện thoại, máy tính...



Trường hợp người mắc COVID-19 không có khả năng tự chăm sóc, gia đình phải có người chăm sóc đáp ứng các tiêu chí của hai nội dung trên.

Luôn nhớ **Thực hiện 5K**



Đường dây nóng Bộ Y tế: **19009095**



**TTXVN**

# HƯỚNG DẪN QUẢN LÝ NGƯỜI MẮC COVID-19 TẠI NHÀ

QUYẾT ĐỊNH 261/QĐ-BYT NGÀY 31/01/2022 CỦA BỘ Y TẾ

## TỰ THEO DÕI SỨC KHỎE TẠI NHÀ (2)

5



Khi phát hiện **MỘT TRONG CÁC DẤU HIỆU** dưới đây phải thông báo ngay với Cơ sở quản lý người mắc COVID-19 tại nhà, trạm y tế xã/phường hoặc trạm y tế lưu động, Trung tâm vận chuyển cấp cứu... để được cấp cứu và chuyển viện kịp thời:



1 Khó thở, thở hụt hơi, hoặc ở trẻ em có dấu hiệu thở bất thường: thở rên, rút lõm lồng ngực, phập phồng cánh mũi, khò khè, thở rít thì hít vào.

2 Nhịp thở

+ Người lớn:  $\geq 20$  lần/phút

+ Trẻ từ 1 đến dưới 5 tuổi:  $\geq 40$  lần/phút

+ Trẻ từ 5 – dưới 12 tuổi:  $\geq 30$  lần/phút

(Lưu ý ở trẻ em: đếm đủ nhịp thở trong 1 phút khi trẻ nằm yên không khóc).



3)  $SpO_2 \leq 96\%$  (trường hợp phát hiện chỉ số  $SpO_2$  bất thường cần đo lại lần 2 sau 30 giây đến 1 phút, khi đo yêu cầu giữ yên vị trí đo).



4) Mạch nhanh  $> 120$  nhịp/phút hoặc  $< 50$  nhịp/phút.



5) Huyết áp thấp: huyết áp tối đa  $< 90$  mmHg, huyết áp tối thiểu  $< 60$  mmHg (nếu có thể đo).



6) Đau tức ngực thường xuyên, cảm giác bó thắt ngực, đau tăng khi hít sâu.



7) Thay đổi ý thức: lú lẫn, ngủ rũ, lơ mơ, rất mệt/mệt lả, trẻ quấy khóc, li bì khó đánh thức, co giật.



8) Tím môi, tím đầu móng tay, móng chân, da xanh, môi nhợt, lạnh đầu ngón tay, ngón chân.



Không thể uống hoặc bú kém/giảm, ăn kém, nôn (ở trẻ em). Trẻ có biểu hiện hội chứng viêm đa hệ thống: sốt cao, đỏ mắt, môi đỏ, lưỡi dâu tây, ngón tay chân sưng phù nổi hồng ban,...



10) Mắc thêm bệnh cấp tính: sốt xuất huyết, tay chân miệng,...



11) Bất kỳ tình trạng bất ổn nào của người nhiễm COVID-19 mà thấy cần báo cơ sở y tế.

Luôn nhớ

Thực hiện 5K



Đường dây nóng Bộ Y tế: 19009095



TTXVN

# HƯỚNG DẪN QUẢN LÝ NGƯỜI MẮC COVID-19 TẠI NHÀ

QUYẾT ĐỊNH 261/QĐ-BYT NGÀY 31/01/2022 CỦA BỘ Y TẾ

## TỰ THEO DÕI SỨC KHỎE TẠI NHÀ (2)

5



Khi phát hiện **MỘT TRONG CÁC DẤU HIỆU** dưới đây phải thông báo ngay với Cơ sở quản lý người mắc COVID-19 tại nhà, trạm y tế xã/phường hoặc trạm y tế lưu động, Trung tâm vận chuyển cấp cứu... để được cấp cứu và chuyển viện kịp thời:



1 Khó thở, thở hụt hơi, hoặc ở trẻ em có dấu hiệu thở bất thường: thở rên, rút lõm lồng ngực, phập phồng cánh mũi, khò khè, thở rít thì hít vào.

2 Nhịp thở



+ Người lớn:  $\geq 20$  lần/phút

+ Trẻ từ 1 đến dưới 5 tuổi:  $\geq 40$  lần/phút

+ Trẻ từ 5 – dưới 12 tuổi:  $\geq 30$  lần/phút

(Lưu ý ở trẻ em: đếm đủ nhịp thở trong 1 phút khi trẻ nằm yên không khóc).



3)  $SpO_2 \leq 96\%$  (trường hợp phát hiện chỉ số  $SpO_2$  bất thường cần đo lại lần 2 sau 30 giây đến 1 phút, khi đo yêu cầu giữ yên vị trí đo).



4) Mạch nhanh  $> 120$  nhịp/phút hoặc  $< 50$  nhịp/phút.



5) Huyết áp thấp: huyết áp tối đa  $< 90$  mmHg, huyết áp tối thiểu  $< 60$  mmHg (nếu có thể đo).



6 Đau tức ngực thường xuyên, cảm giác bó thắt ngực, đau tăng khi hít sâu.



7 Thay đổi ý thức: lú lẫn, ngủ rũ, lơ mơ, rất mệt/mệt lả, trẻ quấy khóc, li bì khó đánh thức, co giật.



8 Tím môi, tím đầu móng tay, móng chân, da xanh, môi nhợt, lạnh đầu ngón tay, ngón chân.



Không thể uống hoặc bú kém/giảm, ăn kém, nôn (ở trẻ em). Trẻ có biểu hiện hội chứng viêm da hệ thống: sốt cao, đỏ mắt, môi đỏ, lưỡi dâu tây, ngón tay chân sưng phù nổi hồng ban,...



10 Mắc thêm bệnh cấp tính: sốt xuất huyết, tay chân miệng,...



11 Bất kỳ tình trạng bất ổn nào của người nhiễm COVID-19 mà thấy cần báo cơ sở y tế.

Luôn nhớ Thực hiện 5K



Đường dây nóng Bộ Y tế: 19009095



# HƯỚNG DẪN QUẢN LÝ NGƯỜI MẮC COVID-19 TẠI NHÀ

QUYẾT ĐỊNH 261/QĐ-BYT NGÀY 31/01/2022 CỦA BỘ Y TẾ

## ĐIỀU TRỊ MỘT SỐ TRIỆU CHỨNG

### ◆ Sốt:

- Đối với người lớn: **> 38.5<sup>0</sup> C** hoặc đau đầu, đau người nhiều:

**uống mỗi lần 1 viên thuốc hạ sốt như paracetamol 500mg**, có thể lặp lại mỗi 4-6h, ngày không quá 4 viên.

**uống oresol** nếu uống kém/giảm hoặc có thể dùng uống thay nước.

- Đối với trẻ em: **> 38.5<sup>0</sup> C**, uống thuốc hạ sốt như **paracetamol liều 10-15mg/kg/lần**, có thể lặp lại mỗi 4-6h, ngày không quá 4 lần.

- Nếu sau khi dùng thuốc hạ sốt 2 lần không đỡ, đề nghị **thông báo ngay cho Cơ sở quản lý người nhiễm COVID-19 tại nhà để phối hợp xử lý.**

### ◆ Ho: dùng thuốc giảm ho



Luôn nhớ Thực hiện 5K



Đường dây nóng Bộ Y tế: **19009095**



**TTXVN**  
Vietnam News Agency

# HƯỚNG DẪN QUẢN LÝ NGƯỜI MẮC COVID-19 TẠI NHÀ

QUYẾT ĐỊNH 261/QĐ-BYT NGÀY 31/01/2022 CỦA BỘ Y TẾ

## DANH MỤC THUỐC ĐIỀU TRỊ NGOẠI TRÚ CHO NGƯỜI MẮC COVID-19 TẠI NHÀ

### 1 CÁC NHÓM THUỐC TRONG DANH MỤC

	<b>Thuốc hạ sốt, giảm đau</b> <b>Paracetamol:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>● cho trẻ em: gói bột hoặc cốm pha hỗn dịch uống hàm lượng 80 mg, 100 mg, 150 mg hoặc 250 mg;</li><li>● cho người lớn: viên nén 250 mg hoặc 500 mg.</li></ul>
	<b>Thuốc kháng vi rút:</b> lựa chọn một trong các thuốc sau: <ul style="list-style-type: none"><li>● <b>Favipiravir 200 mg, 400 mg (viên).</b></li><li>● <b>Molnupiravir 200 mg, 400 mg (viên).</b></li></ul>
	<b>Thuốc chống viêm corticosteroid đường uống:</b> Thuốc không phát sẵn cho người mắc COVID-19, thuốc phải được bác sỹ kê đơn theo quy định tại Hướng dẫn chẩn đoán và điều trị COVID-19 do Bộ Y tế ban hành và chỉ kê đơn điều trị trong 1 ngày trong thời gian chờ chuyển đến cơ sở điều trị người bệnh COVID-19. Lựa chọn một trong các thuốc sau: <ul style="list-style-type: none"><li>● <b>Dexamethason 0,5 mg (viên nén)</b></li><li>● <b>Methylprednisolon 16 mg (viên nén).</b></li></ul>
	<b>Thuốc chống đông máu đường uống:</b> Thuốc không phát sẵn cho người mắc COVID-19, thuốc phải được bác sỹ kê đơn theo quy định tại Hướng dẫn chẩn đoán và điều trị COVID-19 do Bộ Y tế ban hành và chỉ kê đơn điều trị trong 1 ngày trong thời gian chờ chuyển đến cơ sở điều trị người bệnh COVID-19. Lựa chọn một trong các thuốc sau: <ul style="list-style-type: none"><li>● <b>Rivaroxaban 10 mg (viên).</b></li><li>● <b>Apixaban 2,5 mg (viên).</b></li></ul>

### 2 LƯU Ý

- **Thuốc kháng vi rút** dùng sớm ngay sau khi có chẩn đoán xác định mắc COVID-19, tốt nhất trong 05 ngày đầu kể từ khi khởi phát triệu chứng. Ưu tiên sử dụng cho những trường hợp có triệu chứng hoặc có nguy cơ cao bệnh tiến triển nặng như người trên 65 tuổi, chưa tiêm đủ liều vắc xin, có bệnh nền không ổn định...
- **Chỉ định điều trị kết hợp đồng thời thuốc chống viêm corticosteroid và thuốc chống đông máu** khi người bệnh COVID-19 có bất kỳ một trong các dấu hiệu sớm của suy hô hấp và chỉ kê đơn điều trị trong 1 ngày trong thời gian chờ chuyển đến cơ sở điều trị người bệnh COVID-19.
- **Các dấu hiệu suy hô hấp:**
  - (1) Khó thở, thở hụt hơi, hoặc khó thở tăng lên khi vận động (đứng lên, đi lại trong nhà) hoặc ở trẻ em có dấu hiệu thở bất thường: thở rên, rút lõm lồng ngực, phập phồng cánh mũi, khò khè, thở rít thì hít vào, và/hoặc
  - (2) Nhịp thở (ở trẻ em đếm đủ nhịp thở trong 1 phút khi trẻ nằm yên không khóc):
    - ≥ 20 lần/phút ở người lớn;
    - ≥ 30 lần/phút ở trẻ em từ 5 - dưới 12 tuổi;
    - ≥ 40 lần/phút ở trẻ em từ 1 đến dưới 5 tuổi;và/hoặc
  - (3) SpO2 ≤ 96% (khi phát hiện bất thường đo lại lần 2 sau 30 giây đến 1 phút, khi đo yêu cầu giữ yên vị trí đo).

Luôn nhớ Thực hiện 5K



Đường dây nóng Bộ Y tế: 19009095



# HƯỚNG DẪN QUẢN LÝ NGƯỜI MẮC COVID-19 TẠI NHÀ

QUYẾT ĐỊNH 261/QĐ-BYT NGÀY 31/01/2022 CỦA BỘ Y TẾ

## PHIẾU THEO DÕI SỨC KHỎE NGƯỜI MẮC COVID-19 TẠI NHÀ

Họ và tên: \_\_\_\_\_ Sinh ngày: \_\_\_/\_\_\_/\_\_\_ Giới tính:  Nam  Nữ Điện thoại: \_\_\_\_\_  
Họ và tên người chăm sóc: \_\_\_\_\_ Sinh ngày: \_\_\_/\_\_\_/\_\_\_ Số điện thoại: \_\_\_\_\_

TT	Nội dung	Ngày theo dõi →	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
			S	C	S	C	S	C	S	C	S	C	S	C	S	C
<i>Liên hệ ngay với nhân viên y tế nếu có 1 trong số dấu hiệu sau: SpO<sub>2</sub> ≤96%, nhịp thở ≥20 lần/phút, mạch &lt;50 hoặc &gt;120 lần/phút, huyết áp &lt;90/60 mmHg</i>																
1.	Mạch (lần/phút)															
2.	Nhiệt độ hằng ngày (độ c)															
3.	Nhịp thở															
4.	SpO <sub>2</sub> (%)															
5.	Huyết áp tối đa (mmHg) (nếu có thể đo)															
	Huyết áp tối thiểu (mmHg) (nếu có thể đo)															
6.	<b>KHÔNG TRIỆU CHỨNG</b>															
<i>Chú ý đến sức khỏe của bạn. Nếu bạn có bất kỳ triệu chứng nào, hãy viết (C): hoặc (K) là KHÔNG bên dưới cho mỗi triệu chứng hàng ngày.</i>																
7.	Mệt mỏi															
8.	Ho															
9.	Ho ra đờm															
10.	Ớn lạnh/gai rét															
11.	Viêm kết mạc (mắt đỏ)															
12.	Mất vị giác hoặc khứu giác															
13.	Tiểu chảy (phân lỏng / đi ngoài)															
<i>Liên hệ ngay với nhân viên y tế nếu có một trong số các triệu chứng sau</i>																
14.	Ho ra máu															
15.	Thở dốc hoặc khó thở															
16.	Đau tức ngực kéo dài															
17.	Lơ mơ, không tỉnh táo															
*Triệu chứng khác: Đau họng, nhức đầu, chóng mặt, chán ăn, buồn nôn và nôn, đau nhức cơ... thêm vào phần "Ghi chú"																
*Ghi chú: _____																

Luôn nhớ Thực hiện 5K



Đường dây nóng Bộ Y tế: 19009095



TTXVN  
Vietnam News Agency