

Bài phát thanh
tuyên truyền phòng chống dịch bệnh nCoV tại trường học

Bệnh viêm nhiễm đường hô hấp cấp tính do chủng mới của vi rút Corona (viết tắt là nCoV đọc là en- nờ- cô- vi) gây ra. Bệnh có thể lây từ người. Người mắc bệnh có các biểu hiện từ nhẹ như cảm lạnh thông thường (mệt mỏi, sốt, ho, đau họng) đến viêm đường hô hấp cấp tính nặng khó thở, suy hô hấp dẫn đến tử vong, đặc biệt ở những người bệnh mạn tính, bệnh lý nền như tăng huyết áp, đái tháo đường, hen phế quản,...Hiện chưa có thuốc điều trị đặc hiệu và chưa có vắc xin phòng bệnh. Tính đến thời điểm ngày 01/02/2020 quận Long Biên chưa ghi nhận ca mắc nCoV.

Để giảm nguy cơ học sinh mắc bệnh nCoV, chủ động phòng chống dịch tại cộng đồng. Trung tâm Y tế quận Long Biên Khuyến cáo các trường học trên địa bàn quận thực hiện một số nội dung sau:

1. Mở rộng cửa các phòng học, phòng chức năng để tăng thông khí tự nhiên, không sử dụng điều hòa trong phòng học, phòng làm việc.
2. Rửa tay theo 6 bước, 5 thời điểm bằng xà phòng với giáo viên và học sinh
Sử dụng khẩu trang đúng cách, thường xuyên tại trường.
3. Tổng vệ sinh trường, lớp hàng ngày. Khử trùng lớp học, hành lang, cầu thang, nhà vệ sinh hàng tuần bằng các chất tẩy rửa thông thường kết hợp lau bề mặt bằng dung dịch sát khuẩn Cloramin 0,5 %.
4. Giữ ấm cơ thể, uống đủ nước ấm, đảm bảo dinh dưỡng học đường, ăn đủ các chất đạm, chất xơ, chất béo, ăn hoa quả giàu vitaminC như cam, chanh, bưởi v.v... giúp cơ thể có sức đề kháng tốt hơn.
5. Tập luyện thể dục, thể thao hàng ngày, nâng cao thể lực.
6. Khi có học sinh nghỉ học giáo viên chủ nhiệm thông tin cho nhà trường để xác minh lý do nghỉ học.
7. Nếu học sinh, giáo viên có biểu hiện sốt, ho, khó thở hãy báo cho Trạm Y tế phường theo số điện thoại:

Lãnh đạo duyệt
GIÁM ĐỐC

Phạm Như Dũng

Người viết bài tuyên truyền


Nguyễn Thị Chinh

SỞ Y TẾ HÀ NỘI
TTYT QUẬN LONG BIÊN

Bài tuyên truyền, hướng dẫn học sinh
phòng chống dịch bệnh nCoV tại trường học

Bệnh viêm nhiễm đường hô hấp cấp tính do chủng mới của vi rút Corona (viết tắt là nCoV, đọc là en- nờ- cô- vi) gây ra. Bệnh có thể lây từ người. Người mắc bệnh có các biểu hiện từ nhẹ như cảm lạnh thông thường (mệt mỏi, sốt, ho, đau họng) đến viêm đường hô hấp cấp tính nặng khó thở, suy hô hấp dẫn đến tử vong, đặc biệt ở những người bệnh mạn tính, bệnh lý nền như tăng huyết áp, đái tháo đường, hen phế quản,...Hiện chưa có thuốc điều trị đặc hiệu và chưa có vắc xin phòng bệnh. Tính đến thời điểm ngày 02/02/2020 quận Long Biên chưa ghi nhận ca mắc nCoV.

Để giảm nguy cơ học sinh mắc bệnh nCoV, chủ động phòng chống dịch tại cộng đồng. Trung tâm Y tế quận Long Biên Khuyến cáo các trường học trên địa bàn quận thực hiện một số nội dung sau:

1. Mở rộng cửa các phòng học, phòng chức năng để tăng thông khí tự nhiên, không sử dụng điều hòa trong phòng học, phòng làm việc.
 2. Rửa tay theo 6 bước, 5 thời điểm bằng xà phòng với giáo viên và học sinh (Giáo viên / cán bộ y tế: hướng dẫn, làm mẫu rửa tay).
 3. Sử dụng khẩu trang đúng cách, thường xuyên tại trường.
(Giáo viên / cán bộ y tế: hướng dẫn, làm mẫu đeo khẩu trang y tế).
 4. Tổng vệ sinh trường, lớp hàng ngày. Khử trùng lớp học, hành lang, cầu thang, nhà vệ sinh hàng tuần bằng các chất tẩy rửa thông thường kết hợp lau bề mặt bằng dung dịch sát khuẩn Cloramin 0,5 %.
(Giáo viên / cán bộ y tế: hướng dẫn, làm mẫu pha Cloramin 0,5%).
 5. Giữ ấm cơ thể, uống đủ nước ấm, đảm bảo dinh dưỡng học đường, ăn đủ các chất đạm, chất xơ, chất béo, ăn hoa quả giàu vitaminC như cam, chanh, bưởi v.v... giúp cơ thể có sức đề kháng tốt hơn.
 6. Tập luyện thể dục, thể thao hàng ngày, nâng cao thể lực.
 7. Khi có học sinh nghỉ học giáo viên chủ nhiệm thông tin cho nhà trường để xác minh lý do nghỉ học.
 8. Nếu học sinh, giáo viên có biểu hiện sốt, ho, khó thở hãy báo cho Trạm Y tế phường theo số điện thoại:
- (Gửi kèm hướng dẫn rửa tay, sử dụng khẩu trang và pha, lau bề mặt bằng dung dịch Cloramin 0,5%)



Người viết bài tuyên truyền

Nguyễn Thị Chinh

Nội dung thực hành hướng dẫn học sinh:

1. Giáo viên / cán bộ y tế: hướng dẫn, làm mẫu pha Cloramin 0,5%.

Để pha 10 lít dung dịch có nồng độ clo hoạt tính 0,5% từ bột cloramin B 25% clo hoạt tính, cần: $(0,5 \times 10 / 25) \times 1000 = 200$ gam.

2. Giáo viên / cán bộ y tế: hướng dẫn, làm mẫu rửa tay

CÁC THỜI ĐIỂM CẦN PHẢI RỬA TAY

- Rửa tay trước khi chuẩn bị thức ăn.
- Rửa tay trước khi ăn.
- Rửa tay sau khi đi vệ sinh.
- Rửa tay sau khi làm vệ sinh cho trẻ.

CÁC BƯỚC RỬA TAY

Bước 1: Làm ướt tay bằng nước sạch. Xoa xà phòng vào lòng bàn tay. Chà sát hai lòng bàn tay vào nhau.

Bước 2: Dùng ngón tay và lòng bàn tay này cuốn và xoay lần lượt từng ngón của bàn tay kia và ngược lại.

Bước 3: Dùng lòng bàn tay này chà sát lên mu bàn tay kia và ngược lại.

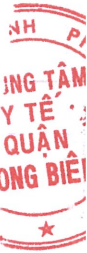
Bước 4: Dùng ngón tay của bàn tay này miết vào kẽ giữa các ngón của bàn tay kia và ngược lại.

Bước 5: Chụm 5 đầu ngón tay của tay này cọ vào lòng bàn tay kia bằng cách xoay đi, xoay lại.

Bước 6: Xả cho tay sạch hết xà phòng với nước sạch và lau khô tay bằng khăn hoặc giấy sạch.

Chú ý: Các bước 2, 3, 4, 5 làm đi, làm lại tối thiểu 5 lần và thời gian cho một lần rửa tay tối thiểu là 01 phút

3. Giáo viên / cán bộ y tế: hướng dẫn, làm mẫu đeo khẩu trang y tế:

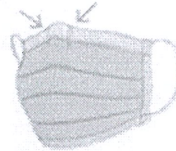


Đeo khẩu trang y tế đúng cách để phòng virus nCoV

Chỉ sử dụng 1 lần rồi vứt vào thùng rác an toàn, có nắp đậy.



Khi đeo khẩu trang phải để mặt xanh ra ngoài do mặt màu xanh có tính chống nước.

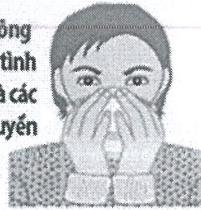


Mặt màu trắng có tính hút ẩm, nên quay vào trong, để hơi thở thoát ra thấm vào khẩu trang.

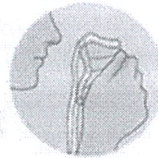
Khẩu trang phải che kín cả mũi lẫn miệng.



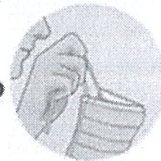
Khi mang khẩu trang tuyệt đối không sờ tay vào, vì động tác sờ tay sẽ vô tình làm cho bàn tay lây nhiễm vi rút và các tác nhân gây bệnh khác, sau đó truyền bệnh lại cho chính mình và những người xung quanh.



Tuyệt đối 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.



Khi tháo khẩu trang chỉ được cầm vào dây đeo qua tai, tháo ra cho vào thùng rác an toàn.



Rửa tay ngay sau khi tháo bỏ khẩu trang.

