



SỞ Y TẾ HÀ NỘI

**QUẢN LÝ NGƯỜI NHIỄM COVID-19
VÀ ĐỐI TƯỢNG TIẾP XÚC GẦN (F1)
TẠI NHÀ**

Hà Nội, tháng 12 năm 2021



VĂN BẢN QUY ĐỊNH

QL F0 TẠI NHÀ

- QĐ 4038/QĐ-BYT ngày 21/8/2021 HD tạm thời QL người nhiễm COVID-19 tại nhà.
- QĐ số 4042/QĐ-BYT ngày 21/8/2021 HD thí điểm TYT lưu động
- QĐ 4109/ QĐ- BYT ngày 26/8/2021 Hướng dẫn tạm thời DM thuốc.
- PA 276/PA-UBND ngày 02/12/2021 của UBND Thành phố về việc quản lý người bệnh COVID-19 tại nhà.
- CV số 4358 ngày 5/12/2021 của UBND.
- CV 632/SYT-NVY ngày 21/11/2021 của SYT.

QL F1 TẠI NHÀ

- Công văn 5599/BYT-MT ngày 15/7/2021
- Công văn 4095/UBND-KGVX ngày 19/11/2021 hướng dẫn cách ly F1 tại nhà.



ĐỐI TƯỢNG ÁP DỤNG

QL F0 TẠI NHÀ

- Người nhiễm COVID-19
 - + XN RT-PCR (+)
 - + XN Test nhanh (+)
- Không có TC lâm sàng hoặc có TC nhẹ (sốt, ho khan, đau họng....)
- SpO2 \geq 97%

QL F1 TẠI NHÀ

- * Người tiếp xúc gần với F0
- Người ở cùng nhà với F1
- Người chăm sóc, hỗ trợ F1
- * Người cách ly tập trung đủ 7 ngày, có KQ XN RT-PCR âm tính.



ĐỐI TƯỢNG ÁP DỤNG

QL F0 TẠI NHÀ

* Đáp ứng tiêu chí

- Đã tiêm đủ liều vắc xin;
- Hoặc: TE \geq 3 tháng tuổi; NL \leq 49 tuổi chưa phát hiện bệnh lý nền;

* Tiêu chuẩn loại trừ:

- Có dấu hiệu viêm phổi, thiếu ôxy;
- Có thở bất thường;
- Phụ nữ có thai.

QL F1 TẠI NHÀ

* Tiêu chuẩn loại trừ: Không.



QUY TRÌNH ÁP DỤNG

QL F0 TẠI NHÀ

- Phải có Đơn đăng ký gửi Ban Chỉ đạo phòng, chống dịch COVID-19 xã, phường, thị trấn (qua Trạm Y tế) tại nơi cư trú.
- Gửi danh sách về Ban Chỉ đạo phòng, chống dịch COVID-19 xã, phường, thị trấn; Trạm Y tế xác định (F0) đủ các tiêu chí để cách ly tại nhà.
- Tổ thẩm định tiến hành xác minh, đánh giá điều kiện cách ly y tế tại nhà mà người tiếp xúc gần (F0) đăng ký (có biên bản thẩm định).
- Ban Chỉ đạo phòng chống dịch COVID-19 xã, phường, thị trấn ban hành Quyết định cách ly y tế tại nhà đối với các trường hợp (F0) (trong Quyết định cách ly phải nêu rõ được trách nhiệm của Chính quyền địa phương trong việc giám sát người cách ly tại nhà).
- Khi (F0) thực hiện cách ly y tế tại nhà thì sẽ áp dụng đúng quy định được hướng dẫn tại Quyết định số 4038/QĐ-BYT ngày 21/8/2021 của Bộ Y tế.

QL F1 TẠI NHÀ

- Phải có Đơn đăng ký gửi Ban Chỉ đạo phòng, chống dịch COVID-19 xã, phường, thị trấn (qua Trạm Y tế) tại nơi cư trú.
- Gửi danh sách về Ban Chỉ đạo phòng, chống dịch COVID-19 xã, phường, thị trấn.
- Tổ thẩm định tiến hành xác minh, đánh giá điều kiện cách ly y tế tại nhà mà người tiếp xúc gần (F1) đăng ký (có biên bản thẩm định).
- Ban Chỉ đạo phòng chống dịch xã, phường, thị trấn ban hành Quyết định cách ly y tế tại nhà đối với các trường hợp (F1) (trong Quyết định cách ly phải nêu rõ được trách nhiệm của Chính quyền địa phương trong việc giám sát người cách ly tại nhà).
- Khi người tiếp xúc gần (F1) thực hiện cách ly tại nhà thì sẽ áp dụng đúng quy định được hướng dẫn tại Công văn số 5599/BYT-MT ngày 14/7/2021 của Bộ Y tế.



CÁC ĐIỀU KIỆN CƠ SỞ VẬT CHẤT, TTB

Quản lý F0, F1 TẠI NHÀ

- Nhà ở riêng lẻ;
- Căn hộ trong khu tập thể, khu chung cư;
- Có phòng cách ly riêng, khép kín, tách biệt khu sinh hoạt chung của GD;
- Có nhà vệ sinh, nhà tắm riêng
- Có thiết bị đo thân nhiệt
- Khuyến khích lắp Camera;



CÁC ĐIỀU KIỆN CƠ SỞ VẬT CHẤT, TTB

Quản lý F0, F1 TẠI NHÀ

- Không dùng điều hòa trung tâm (Có thể dùng ĐH riêng)
- Trang bị đủ phương tiện phòng hộ cá nhân PCD để người nhà sử dụng.
- Có khu vực nhận suất ăn, nước uống, nhu yếu phẩm.



YÊU CẦU ĐỐI VỚI NGƯỜI CÁCH LY

Quản lý F0 tại nhà

* Người nhiễm COVID-19:

- Tự chăm sóc: Ăn uống, tắm rửa, giặt quần áo, vệ sinh...
- Có khả năng liên lạc với NVYT để được hỗ trợ trong tình huống cấp cứu;
- Có phương tiện liên lạc (ĐT, máy tính...)
- Người nhiễm không có người chăm sóc, gia đình phải có người chăm sóc.
- Không ra khỏi phòng cách ly trong suốt thời gian cách ly, không tiếp xúc với người trong gia đình cũng như những người khác. Không tiếp xúc với động vật nuôi; Khai báo y tế, thực hiện 5K;
- Lấy mẫu xét nghiệm (Ngày 1, Ngày 7, Ngày 14)
- Tất cả người ở cùng nhà phải được lấy mẫu gộp xét nghiệm SARS-CoV-2 03 lần.

Quản lý F1 tại nhà

* Người cách ly tại nhà:

- Chấp hành quy định về thời gian cách ly;
- Có cam kết với chính quyền
- Không tiếp xúc với người trong GD, vật nuôi;
- Khai báo y tế, thực hiện 5K;
- Tự thực hiện vệ sinh, khử khuẩn, phân loại chất thải.
- Lấy mẫu xét nghiệm (Ngày 1, Ngày 7, Ngày 14)
- Tất cả người ở cùng nhà phải được lấy mẫu gộp xét nghiệm SARS-CoV-2 03 lần.
- Có dấu hiệu bất thường thông báo ngay



QUẢN LÝ NGƯỜI NHIỄM COVID-19 TẠI NHÀ

1. Xác định, lập danh sách người nhiễm COVID-19 quản lý tại nhà;
2. Hướng dẫn người nhiễm COVID-19 theo dõi sức khỏe tại nhà;
 - Theo dõi sức khỏe (Mạch, nhịp thở, nhiệt độ, HA, SPO2 (nếu có thiết bị))
 - Theo dõi các triệu chứng (thông báo ngay khi có dấu hiệu bất thường);
 - Hướng dẫn chế độ ăn uống, sinh hoạt;
 - Hướng dẫn thực hiện cách ly y tế tại nhà
3. Khám bệnh và theo dõi sức khỏe hàng ngày.
4. Lấy mẫu xét nghiệm COVID-19: 03 lần: ngày thứ nhất, ngày thứ 7 và ngày thứ 14
5. Xử lý cấp cứu và chuyển viện

QUẢN LÝ F0 TẠI NHÀ:

- Trạm Y tế lưu động
- Tổ hỗ trợ theo dõi người nhiễm COVID-19 tại nhà (CV số 4358 của UBND ngày 5/12/2021).



QUẢN LÝ NGƯỜI NHIỄM COVID-19 TẠI NHÀ

KHÁM BỆNH VÀ THEO DÕI SỨC KHỎE HÀNG NGÀY

1. Theo dõi SK hàng ngày

- Ghi chép vào phiếu theo dõi, Ứng dụng CNTT trong theo dõi SK
- Tiếp nhận cuộc điện thoại tư vấn cho người bệnh
- **Đến nhà hỗ trợ trực tiếp trong trường hợp:** Cấp cứu, không nhận được báo cáo về tình hình sức khỏe của người bệnh.

2. Khám bệnh và kê đơn thuốc điều trị tại nhà:

- Điều trị triệu chứng (sốt, ho...)
- Kê đơn, cấp phát thuốc điều trị ngoại trú theo phác đồ của BHYT
- Khám bệnh tại nhà (TYT lưu động, Đội/Tổ y tế lưu động)



QUẢN LÝ NGƯỜI NHIỄM COVID-19 TẠI NHÀ

ỨNG DỤNG CÔNG NGHỆ THÔNG TIN

1. Sử dụng thang điểm đánh giá mức độ nguy cơ, phân tầng người bệnh COVID-19 để quản lý và điều trị.
2. Sử dụng phần mềm quản lý người bệnh F0 điều trị tại nhà (FPT)
 - Cấp tài khoản cho các Trạm Y tế lưu động
 - Tổ chức đào tạo, sử dụng hệ thống quản lý F0 tại nhà.
3. Sử dụng hệ thống điều phối, vận chuyển F0 - 115 Hà Nội trong trường hợp chuyển viện, chuyển tuyến.
4. Ứng dụng khác: Group Zalo để thông báo thông tin, liên lạc
5. Tổng đài tư vấn 1022.



QUẢN LÝ NGƯỜI NHIỄM COVID-19 TẠI NHÀ

ỨNG DỤNG CÔNG NGHỆ THÔNG TIN

1. Sử dụng thang điểm đánh giá mức độ nguy cơ, để phân tầng người bệnh COVID-19 đúng, quyết định chiến lược quản lý và điều trị.

2. Sử dụng phần mềm quản lý người bệnh F0 điều trị tại nhà (FPT)

<https://chamsocsuckhoe.yte360.com>

3. Sử dụng hệ thống điều phối, vận chuyển F0 - 115 Hà Nội trong trường hợp chuyển viện, chuyển tuyến đến các tầng điều trị.

4. Ứng dụng khác: Group Zalo để thông báo thông tin, liên lạc

5. Tổng đài hỗ trợ, tư vấn sức khỏe **1022.**



QUY TRÌNH QUẢN LÝ NGƯỜI NHIỄM COVID-19 TẠI NHÀ

Bước 1: Xác định người nhiễm COVID-19: Kết quả xét nghiệm (+)

Bước 2: Phân tầng điều trị và xác định đủ điều kiện quản lý, cách ly, điều trị người bệnh tại nhà.

Bước 3: Thực hiện các thủ tục hành chính (Quyết định hành chính), áp dụng biện pháp cách ly theo quy định.

Bước 4: Tổ chức cách ly, quản lý người bệnh tại nhà;

Bước 5: Xác định tình trạng khỏi bệnh, kết thúc cách ly



TÀI LIỆU HƯỚNG DẪN

TRANG THIẾT BỊ, PHƯƠNG TIỆN CẦN CÓ

SỞ Y TẾ HÀ NỘI



Dụng cụ chăm sóc cá nhân



Dụng cụ vệ sinh



Trang phục phòng hộ

NHỮNG VIỆC CẦN THỰC HIỆN KHI ĐIỀU TRỊ COVID-19 TẠI NHÀ



Chổi lau nhà



Thùng rác thải



Dụng cụ giặt



Nhiệt kế



Máy đo huyết áp



Máy SpO2



Điện thoại, máy tính



Người chăm sóc



TÀI LIỆU HƯỚNG DẪN

CÁC HOẠT ĐỘNG CHĂM SÓC SỨC KHỎE CHO NGƯỜI F0 CÁCH LY TẠI NHÀ

Hoạt động 1

Xác định, lập danh sách người F0 cách ly tại nhà trên địa bàn

- 1 Trạm y tế phường, xã, thị trấn chịu trách nhiệm tiếp nhận, cập nhật danh sách người F0 trên địa bàn từ nhiều nguồn khác nhau: phần mềm quản lý chuỗi lây nhiễm (CDS); phần mềm “Hệ thống quản lý người cách ly và người bệnh COVID-19”; Ủy ban nhân dân phường, xã, thị trấn; Tổ COVID cộng đồng; Tổ chăm sóc người nhiễm COVID-19 tại cộng đồng và do người dân khai báo (do tự làm xét nghiệm).
- 2 Nhập thông tin người F0 trên phần mềm “Hệ thống quản lý người cách ly và người bệnh COVID-19”. Chuyển thông tin F0 (họ tên, số điện thoại của F0, số điện thoại của người nhà F0, địa chỉ cư trú, tình trạng hiện tại, tiền sử tiêm vắc xin, bệnh nền nếu có) cho các Cơ sở quản lý người nhiễm COVID-19 tại nhà được phân công trên phần mềm hoặc file excel trong vòng 4-6 giờ kể từ khi tiếp nhận thông tin F0.



Hoạt động 2

Hướng dẫn F0 tự chăm sóc và theo dõi sức khỏe tại nhà

Trong vòng 24 giờ sau khi nhận được danh sách F0, Cơ sở quản lý người nhiễm COVID-19 tại nhà được phân công quản lý F0 phải tiếp cận F0 hoặc gia đình F0 để đánh giá các điều kiện cách ly tại nhà. Trong trường hợp F0 đủ điều kiện cách ly tại nhà, phát tờ rơi hướng dẫn những điều cần tuân thủ; tự chăm sóc và theo dõi sức khỏe tại nhà; cấp phát thuốc điều trị COVID-19 theo quy định (cấp ngay gói A nếu F0 không có triệu chứng; cấp ngay gói A-C nếu F0 có triệu chứng nhẹ), cụ thể như sau:

- 1 **Chuẩn bị các vật dụng cần thiết khi cách ly tại nhà gồm:** Nhiệt kế, thiết bị đo SpO₂, máy đo huyết áp (nếu có); khẩu trang y tế; phương tiện vệ sinh tay; dung dịch nước muối sinh lý để súc họng, rửa mũi; vật dụng cá nhân; thùng chứa chất thải lây nhiễm có nắp đậy.

CÁC HOẠT ĐỘNG CHĂM SÓC SỨC KHỎE CHO NGƯỜI F0 CÁCH LY TẠI NHÀ

- 2 **Chuẩn bị thuốc điều trị tại nhà gồm:** Thuốc điều trị COVID-19 tại nhà do Cơ sở quản lý người nhiễm COVID-19 tại nhà cấp phát; thuốc đang điều trị bệnh nền (tăng huyết áp, đái tháo đường, tim mạch, hen phế quản...) đủ sử dụng trong 01 tháng.

3 Những điều F0 cần làm khi cách ly tại nhà

- Không bi quan, giữ tâm lý luôn thoải mái. Khi gặp khó khăn, liên hệ nhân viên y tế để được tư vấn từ xa.
- Tự theo dõi sức khỏe: Đo thân nhiệt, đếm nhịp thở, đo SpO₂ (nếu đo được) ít nhất hai lần một ngày, hoặc khi cảm thấy mệt, khó thở.
- Mang khẩu trang liên tục, rửa tay hoặc sát khuẩn tay thường xuyên.
- Rửa mũi, súc họng hàng ngày bằng nước muối sinh lý.
- Thường xuyên tập thở, vận động nâng cao sức khỏe.
- Uống đủ nước hoặc nhiều hơn nếu có sốt, tiêu chảy. Không bỏ bữa, tăng cường dinh dưỡng, ăn uống đủ chất, tăng cường trái cây tươi, rau xanh.



- Khai báo y tế mỗi ngày ít nhất 01 lần hoặc khi có triệu chứng bất thường qua ứng dụng “Y tế HCM” hoặc qua phiếu tự theo dõi sức khỏe.
 - Nơi cách ly phải thông thoáng, không sử dụng máy lạnh trung tâm; thường xuyên làm vệ sinh các bề mặt, vật dụng, nhà vệ sinh.
- Thường xuyên sát khuẩn tay; khử khuẩn các vật dụng và bề mặt tiếp xúc như mặt bàn, tay nắm cửa, bồn cầu, lavabo... Phân loại chất thải đúng quy định.
 - Có số điện thoại của nhân viên y tế Cơ sở đang quản lý người nhiễm COVID-19 tại nhà để liên hệ khi cần tư vấn, hỗ trợ; tổng đài “1022” hoặc Tổ phản ứng nhanh phường, xã, thị trấn, quận, huyện.



TÀI LIỆU HƯỚNG DẪN

DANH MỤC THUỐC ĐIỀU TRỊ COVID-19 TẠI NHÀ CHO TRẺ EM

SỞ Y TẾ HÀ NỘI

- Nằm phòng riêng.
- Đeo khẩu trang với trẻ ≥ 2 tuổi
- Điều trị triệu chứng:
 - ✓ Hạ sốt khi nhiệt độ $\geq 38.5^{\circ}\text{C}$: Paracetamol liều 10-15mg/kg/lần mỗi 6 giờ.
 - ✓ Điều trị ho: Ưu tiên dùng thuốc ho thảo dược.
- Uống nhiều nước.
- Đảm bảo dinh dưỡng: bú mẹ, ăn đầy đủ.
- Vệ sinh thân thể, răng miệng, mũi họng.
- Theo dõi:
 - ✓ Đo thân nhiệt tối thiểu 2 lần/ngày hoặc khi cảm thấy trẻ sốt.
 - ✓ Đo SpO₂ (nếu có thiết bị) tối thiểu 2 lần/ngày hoặc khi cảm thấy trẻ mệt, thở nhanh/khó thở.

Độ tuổi trẻ em	Dạng thuốc
< 1 tuổi	Paracetamol bột 80mg
Từ 1 đến dưới 2 tuổi	Paracetamol bột 150mg
Từ 2 đến dưới 5 tuổi	Paracetamol bột 250mg
Từ 5 đến 12 tuổi	Paracetamol viên 325mg
Trên 12 tuổi	Paracetamol viên 500mg

Ghi chú: Uống Paracetamol khi sốt trên 38.5°C , có thể lặp lại mỗi 04 giờ đến 06 giờ nếu vẫn còn sốt
Lưu ý những dấu hiệu cảnh báo

HƯỚNG DẪN THUỐC ĐIỀU TRỊ NGƯỜI BỆNH COVID-19 TẠI NHÀ





TÀI LIỆU HƯỚNG DẪN

DANH MỤC THUỐC ĐIỀU TRỊ COVID – 19 TẠI NHÀ CHO NGƯỜI > 18 TUỔI

A

Là những thuốc thông dụng bao gồm thuốc hạ sốt và thuốc nâng cao thể trạng:

- 1. Paracetamol 500mg:** Uống 01 viên khi sốt > 38,5°C, có thể lặp lại mỗi 04 giờ đến 06 giờ nếu vẫn còn sốt
- 2. Thuốc cân bằng điện giải:** oresol, nước dừa, nước hoa quả, nước lọc...
- 3. Vitamin tổng hợp (đa sinh tố, vitamin C):** Uống 02 lần: Sáng 01 viên, chiều 01 viên
- 4. Thuốc sát khuẩn hầu họng:** nước muối sinh lý, nước súc miệng...

B

Là thuốc kháng viêm và thuốc chống đông chỉ sử dụng trong tình huống đặc biệt: có triệu chứng sớm của suy hô hấp (thở hụt hơi, khó thở tăng lên khi vận động, nhịp thở khi nghỉ ngơi > 20 lần/phút hoặc đo SpO2 ≤ 96%)

- 1. Dexamethasone** 0,5mg x 12 viên uống 01 lần, (12 viên tương đương 06mg) HOẶC **Methylprednisolone** 16mg x 01 viên uống.
- 2. Rivaroxaban** 10mg x 01 viên uống. HOẶC **Apixaban** 2,5mg x 01 viên uống. HOẶC **Dabigatran** 220mg x 01 viên uống

Phải liên hệ ngay với bác sĩ để được tư vấn, hỗ trợ, **đánh giá tình trạng bệnh, nếu có chỉ định nhập viện, bác sĩ sẽ cho người bệnh sử dụng 01 liều duy nhất** trước khi chuyển viện

Lưu ý:

KHÔNG sử dụng cho phụ nữ có thai và phụ nữ đang cho con bú, người có mắc một trong những bệnh (viêm loét dạ dày, loét tràng, suy gan, suy thận, các bệnh lý dễ gây chảy máu đường tiêu hóa, đường tiết niệu và các bệnh lý dễ gây chảy máu khác)

C

Là thuốc kháng vi rút

- 1. Molnupiravir** viên 200mg hoặc viên 400mg Uống ngày 02 lần: sáng 800mg, chiều 800mg, uống 05 ngày liên tục
- 2. HOẶC Favipiravir** viên 200mg. Ngày đầu uống ngày 02 lần: sáng 8 viên, chiều 8 viên, các ngày sau: uống ngày 02 lần: sáng 03 viên, chiều 03 viên, uống từ 7-14 ngày

Lưu ý:

- **Molnupiravir:** **KHÔNG** sử dụng phụ nữ đang có thai hoặc có kế hoạch có thai, đang cho con bú.
- **Favipiravir:** **KHÔNG** sử dụng phụ nữ đang có thai hoặc có kế hoạch có thai, đang cho con bú.; < 18 tuổi và suy gan nặng, suy thận nặng

Trân trọng cảm ơn!

