

## **Cập Nhật và Hướng Dẫn về Coronavirus Mới của New Mexico (Ngày 2 Tháng Ba, 2020)**

Bản cập nhật này được Bộ Y tế New Mexico (DOH) cung cấp có liên quan đến sự bùng phát toàn cầu của coronavirus mới (COVID-19).

Vì sự **lây lan trong cộng đồng** của COVID-19 đã được nhìn thấy ở nhiều quốc gia trên thế giới và bây giờ tại California, Oregon và Washington, có khả năng chúng ta sẽ thấy sự lây lan trong cộng đồng của COVID-19 tại New Mexico. Cho đến nay, không có trường hợp COVID-19 nào được chẩn đoán tại NM, nhưng điều này có thể sẽ thay đổi.

**Bức tranh lâm sàng** hoàn chỉnh về COVID-19 chưa được hiểu đầy đủ, nhưng sốt, ho và khó thở là những triệu chứng chính yếu. Hầu hết các chứng bệnh đều nhẹ và không cần nhập viện. Người lớn tuổi và những người mắc một số bệnh mãn tính có nhiều khả năng bị bệnh nặng.

DOH **đang làm việc với các nơi cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe** trong tiểu bang để xác định bệnh nhân có nguy cơ bị nhiễm COVID-19, để cung cấp xét nghiệm, và quản lý các thể thức kiểm soát nhiễm trùng để giảm thiểu tối đa khả năng lây lan vi-rút này từ những người mắc bệnh. Giờ đây **thử nghiệm được cung cấp** qua Phòng Thí Nghiệm Khoa Học (SLD) của Tiểu Bang DOH và, nếu đáp ứng các tiêu chuẩn xét nghiệm của bệnh nhân, những miếng gạc cho cổ họng và mũi có thể được thu thập ở bất cứ đâu trong tiểu bang và thử nghiệm tại SLD.

DOH đã xem xét **các kế hoạch phòng chống đại dịch** và điều chỉnh chúng cho COVID-19. Chúng tôi đang hướng về phía trước và thực hiện các bước ngay bây giờ, **hợp tác với nhiều người khác** tại NM, để chuẩn bị cho việc theo dõi và chăm sóc bệnh nhân mắc COVID-19 nếu chúng ta có tình trạng lây lan trong cộng đồng tại New Mexico.

Nếu chúng ta có **tình trạng lan rộng trong cộng đồng** tại New Mexico, chúng tôi sẽ cân nhắc việc đóng cửa các trường học trong một khoảng thời gian, hủy bỏ các cuộc tụ họp đông người và khuyến khích các hãng sở cho phép làm việc từ xa nếu có thể. Những biện pháp này sẽ được thực hiện để giảm thiểu tối đa sự lây lan của COVID-19 tại New Mexico.

**Mỗi người đều giữ một vai trò** trong việc giảm bớt sự lây lan của vi-rút đường hô hấp và làm theo các bước này sẽ giúp ích:

- Ở nhà khi quý vị bị bệnh và hạn chế tiếp xúc gần gũi với người khác ngoại trừ việc chăm sóc y tế mà quý vị cần.
- Che miệng khi ho và hắt hơi để giảm bớt sự lây lan của các giọt nhỏ truyền nhiễm và rửa tay thường xuyên bằng xà phòng và nước trong ít nhất 20 giây hoặc làm sạch tay bằng dung dịch rửa tay có chất cồn có chứa 60 đến 95% cồn.
- Làm sạch những bề mặt “có nhiều va chạm” hàng ngày bằng các chất tẩy rửa gia dụng thông thường.
- Tránh dùng chung những đồ gia dụng cá nhân.
- Nếu quý vị không bị bệnh, vẫn cứ rửa tay thường xuyên khi quý vị ở những nơi có thể có người khác bị bệnh và tránh chạm vào mắt, mũi, và miệng bằng tay chưa rửa sạch.

Chúng tôi không khuyến khích quý vị sử dụng **khẩu trang** để tránh bị nhiễm vi-rút đường hô hấp, trừ khi nơi cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe của quý vị đã đặc biệt đề nghị điều này cho quý vị. Khẩu trang có hiệu quả

nhất trong việc hạn chế sự lây lan của các giọt nhỏ truyền nhiễm khi đeo bởi những người có triệu chứng về hô hấp.

Xin vui lòng vào xem **trang web của NMDOH** để cập nhật thông tin về COVID-19 tại <https://cv.nmhealth.org/> của New Mexico.