

ỦY BAN NHÂN DÂN
THÀNH PHỐ HỒ CHÍ MINH
SỞ Y TẾ

CỘNG HÒA XÃ HỘI CHỦ NGHĨA VIỆT NAM
Độc lập - Tự do - Hạnh phúc

Số: 5426 /SYT-NVY
V/v cập nhật “Hướng dẫn chăm
sóc người mắc COVID-19
cách ly tại nhà”

Thành phố Hồ Chí Minh, ngày 09 tháng 8 năm 2021

Kính gửi:

- Bệnh viện công lập và ngoài công lập;
- Bệnh viện thu dung điều trị COVID-19;
- Trung tâm Y tế thành phố Thủ Đức và quận, huyện;
- Cơ sở cách ly tập trung F0 trên địa bàn thành phố Thủ Đức và quận, huyện.

Căn cứ Quyết định số 3416/QĐ-BYT ngày 14/7/2021 của Bộ Y tế về việc ban hành Hướng dẫn chẩn đoán và điều trị COVID-19 do chủng vi rút mới (SARS-CoV-2) và tình hình diễn biến thực tế của dịch COVID-19 trên địa bàn Thành phố (tính đến ngày 9/8/2021).

Trong thời gian qua đã có trên 50.000 trường hợp mắc COVID-19 cách ly tại các cơ sở cách ly tập trung trên địa bàn thành phố Thủ Đức, quận, huyện và các bệnh viện đã chiến đấu hồi phục và khỏi bệnh, tuy nhiên, vẫn còn những trường hợp mắc COVID-19 xuất hiện triệu chứng nhưng chưa kịp đến cơ sở y tế để điều trị kịp thời và sau đó diễn tiến nặng. Nhằm góp phần giảm tỷ lệ người mắc COVID-19 diễn tiến nặng tại nhà, Sở Y tế cập nhật “Hướng dẫn chăm sóc người mắc COVID-19 cách ly tại nhà”.

Sở Y tế yêu cầu Thủ trưởng các cơ sở cách ly tập trung trên địa bàn thành phố Thủ Đức, quận, huyện, các Tổ phản ứng nhanh phường, xã, thị trấn, quận, huyện dự trữ và cung ứng các thuốc thiết yếu như thuốc hạ sốt, thuốc nâng cao thể trạng, thuốc kháng viêm corticoid dạng uống để cung cấp cho người bệnh khi có chỉ định.

Sở Y tế đề nghị các đơn vị triển khai thực hiện. Trong quá trình thực hiện nếu có khó khăn, vướng mắc đề nghị liên hệ Sở Y tế (Phòng Nghiệp vụ Y – Điện thoại: 028.3930.9981).

(Đính kèm “Hướng dẫn chăm sóc người mắc COVID-19 cách ly tại nhà”)./.

Nơi nhận:

- Như trên;
- BP TT ĐB PCD COVID-19 tại TP.HCM;
- Bí thư Thành ủy;
- Ban Thường vụ Thành ủy;
- Thường trực Ủy ban nhân dân thành phố;
- UBND Thành phố;
- Ban Thường vụ Thành ủy TP. Thủ Đức và quận, huyện;
- BCĐ PCD thành phố Thủ Đức, quận, huyện;
- Ban Giám đốc Sở;
- Lưu: VT, NVY (LCL).



Nguyễn Tấn Bình





HƯỚNG DẪN CHĂM SÓC NGƯỜI MẮC COVID-19 CÁCH LY TẠI NHÀ

(Ban hành kèm theo công văn số 5426 /SYT-NVY ngày 09 tháng 08 năm 2021 của Sở Y tế)

1. Đối tượng áp dụng: Người mắc COVID-19 mới được phát hiện tại cộng đồng đang cách ly tại nhà.

2. Hướng dẫn tự chăm sóc sức khỏe tại nhà

- Mang khẩu trang thường xuyên, trừ khi ăn uống, vệ sinh cá nhân. Thay khẩu trang hai lần một ngày, khử khuẩn bằng cồn trước khi loại bỏ khẩu trang.
- Thường xuyên khử khuẩn tay, các vật dụng và bề mặt tiếp xúc như mặt bàn, tay nắm cửa, bồn cầu, lavabo...
- Đo thân nhiệt tối thiểu hai lần mỗi ngày, hoặc khi cảm thấy có dấu hiệu sốt. Khai báo y tế mỗi ngày ít nhất 01 lần hoặc khi có triệu chứng bất thường qua ứng dụng “Khai báo y tế điện tử”.
- Ăn đầy đủ chất dinh dưỡng, uống nhiều nước.
- Tập thể dục tại chỗ, tập thở ít nhất 15 phút mỗi ngày.
- Có số điện thoại của nhân viên y tế để liên hệ khi cần tư vấn, hỗ trợ (số điện thoại của Tổ phản ứng nhanh phường, xã, thị trấn, quận, huyện, thành phố Thủ Đức).

3. Hướng dẫn sử dụng thuốc tại nhà

Các thuốc thiết yếu cần có: thuốc hạ sốt, thuốc nâng cao thể trạng (vitamin, chất dinh dưỡng vi lượng, các thuốc y học cổ truyền). Ngoài ra có thể bổ sung các thuốc kháng viêm corticoid và kháng đông dạng uống trong một số tình huống có chỉ định.

Chỉ định sử dụng thuốc kháng viêm corticoid và kháng đông dạng uống: người bệnh có triệu chứng sớm của suy hô hấp (cảm giác khó thở và/hoặc nhịp thở > 20 lần/phút và/hoặc SpO₂ < 95%, nếu có) VÀ chưa liên hệ được nhân viên y tế để được hướng dẫn, hỗ trợ.

a. Thuốc kháng viêm corticoid, có thể sử dụng một trong các loại thuốc sau:

- Dexamethasone

+ Liều lượng: Người lớn: 6 mg/lần/ngày. Trẻ em: 0,15 mg/kg/ngày (tối đa 6 mg/ngày), uống sau khi ăn (tốt nhất vào buổi sáng).

Nếu không có sẵn Dexamethasone, có thể sử dụng một trong các thuốc thay thế sau:

- Prednisolone

+ Liều lượng: Người lớn: 40 mg/lần/ngày. Trẻ em: 01 mg/kg/ngày (tối đa 40 mg/ngày), uống sau khi ăn (tốt nhất vào buổi sáng).

- Hoặc: Methylprednisolone

+ Liều lượng: Người lớn: 16 mg/lần, uống 2 lần/ngày cách 12 giờ. Trẻ em: 0.8 mg/kg/lần, 2 lần/ngày cách 12 giờ (tối đa 32 mg/ngày), uống sau khi ăn (buổi sáng và buổi tối).

Lưu ý:

- + Người có bệnh dạ dày cần uống kèm thuốc dạ dày.
- + Nếu có đáp ứng tốt, thời gian sử dụng tối đa là 07 ngày.

lu



b. Thuốc kháng đông dạng uống: Rivaroxaban (*).

- Liều lượng: 10mg/lần/ngày, uống sau khi ăn, thời gian sử dụng tối đa 07 ngày.

Lưu ý:

- + Cần theo dõi các dấu hiệu xuất huyết (như xuất huyết dưới da, chảy máu chân răng, xuất huyết tiêu hóa...).
- + Thận trọng ở người trên 80 tuổi.
- + Chống chỉ định: phụ nữ có thai và cho con bú, người suy gan, suy thận, có tiền căn xuất huyết tiêu hóa, xuất huyết tiết niệu, có các bệnh lý dễ chảy máu.

4. Liên hệ nhân viên y tế khi có dấu hiệu bất thường

- Khi có một trong các triệu chứng như sốt trên 38°C, ho, đau họng, tiêu chảy, mất mùi/vị, đau ngực, nặng ngực, cảm giác khó thở thì liên hệ nhân viên y tế qua tổng đài “1022” (bấm số “3” để được tư vấn từ Hội Y học TP.HCM hoặc số “4” để được tư vấn từ “Thầy thuốc đồng hành”) hoặc gọi số điện thoại của Tổ phản ứng nhanh phường, xã, quận, huyện để được tư vấn và hướng dẫn xử trí.
- Khi có dấu hiệu chuyển nặng như khó thở biểu hiện bằng thở hụt hơi, thở nhanh trên 30 lần/phút, li bì, lừ đừ, tím tái môi, đầu chi, SpO₂ < 95% (nếu có dụng cụ đo SpO₂ tại nhà) thì liên hệ ngay tổng đài “115” hoặc số điện thoại của Tổ phản ứng nhanh phường, xã, quận, huyện để được cấp cứu và vận chuyển đến bệnh viện điều trị kịp thời.

(* *Hướng dẫn chẩn đoán và điều trị COVID-19 do chủng vi rút mới SARS-CoV-2 của Bộ Y tế (theo quyết định số 3416/QĐ-BYT ngày 14/7/2021) có khuyến cáo sử dụng thuốc kháng đông heparin tiêm dưới da cho những trường hợp có độ nặng từ trung bình trở lên. Thuốc kháng đông dạng uống Rivaroxaban là loại thuốc kháng đông non-heparin mới, được dùng trong dự phòng đột quỵ và huyết khối ở người bệnh rung nhĩ, dự phòng huyết khối tĩnh mạch ở người bệnh thay khớp háng, khớp gối...Hiện nay, trên thế giới, thuốc này đang được nghiên cứu thử nghiệm đánh giá hiệu quả ngăn ngừa huyết khối trên người mắc COVID-19, tuy nhiên vẫn chưa đủ chứng cứ khoa học để đưa vào phác đồ điều trị. Trong hoàn cảnh dịch bệnh đang bùng phát với nhiều trường hợp chuyển nặng tại nhà như hiện nay, các chuyên gia khuyến cáo có thể sử dụng thuốc này theo hướng dẫn như trên nhằm hạn chế tỷ lệ chuyển nặng tại nhà. Sở Y tế khuyến khích các bệnh viện tăng cường nghiên cứu ứng dụng thuốc này trong điều trị COVID-19 nhằm đóng góp vào kho dữ liệu khoa học của Ngành, làm căn cứ để kiến nghị Hội đồng chuyên môn Bộ Y tế bổ sung vào Hướng dẫn chẩn đoán và điều trị COVID-19 trong thời gian tới.*

SỞ Y TẾ TP.HCM



