

Nam Định, ngày 31 tháng 03 năm 2026

BÀI TUYÊN TRUYỀN PHÒNG CHỐNG COVID-19

Thời tiết đang thay đổi ,trời bắt đầu chuyển mùa, nắng gắt hơn và độ ẩm không khí tăng cao. Đây chính là điều kiện lý tưởng để các loại vi khuẩn, virus phát triển mạnh, trong đó CÓ **biến thể COVID-19 "Ve sầu" (BA.3.2)**.

Tình trạng lây lan: Biến thể này đã xuất hiện tại hơn **23 quốc gia**. Tại Việt Nam, Hà Nội đã ghi nhận các ca mắc mới liên quan đến biến thể này. Nhân viên y tế nhà trường xin gửi hướng dẫn các thầy cô và em học sinh những thông tin cụ thể sau:

1. Biến thể "Ve sầu" là gì?

Đây là một "phiên bản" mới của virus SARS-CoV-2 (tên khoa học là BA.3.2). Nó được gọi vui là biến thể "ve sầu" vì xuất hiện vào thời điểm giao mùa. Biến thể này có khả năng lây lan rất nhanh và có thể "đánh lừa" hệ miễn dịch của cơ thể tốt hơn các chủng trước đây.

2. Nguyên nhân gây bệnh

Bệnh lây truyền chủ yếu qua:

- **Giọt bắn:** Khi người bệnh ho, hắt hơi hoặc nói chuyện.
- **Tiếp xúc:** Khi các em chạm tay vào bề mặt có virus (mặt bàn, tay nắm cửa) rồi đưa tay lên mắt, mũi, miệng.
- **Không khí:** Ở những nơi đông người và kín gió.

3. Triệu chứng cần lưu ý

Nếu có các dấu hiệu sau hãy cho con đến cơ sở y tế khám, test theo hướng dẫn bác sĩ.

- Sốt nhẹ hoặc sốt cao.
- Ho, đau họng, chảy nước mũi.
- Cảm thấy mệt mỏi, đau nhức người.
- Một số ít có thể bị đau bụng hoặc tiêu chảy.

4. Cách phòng bệnh tại trường và tại nhà

- **Đeo khẩu trang:** Luôn đeo khẩu trang đúng cách khi đến trường, khi ra chơi và ở nơi công cộng
- **Rửa tay thường xuyên:** Rửa tay bằng xà phòng hoặc dung dịch sát khuẩn trước khi vào lớp, sau khi đi vệ sinh và trước khi ăn.
- **Giữ vệ sinh cá nhân:** Không dùng chung đồ dùng cá nhân như khăn mặt, cốc uống nước, thìa, đĩa.
- **Giữ lớp học thông thoáng:** Thường xuyên mở cửa sổ lớp học để không khí lưu thông.

- **Ăn uống đủ chất:** Ăn nhiều rau xanh, trái cây và uống đủ nước để cơ thể khỏe mạnh.

5. Cách xử lý và cách ly khi có dấu hiệu bệnh

Nếu các em có kết quả dương tính, COVID-19 hãy thực hiện nghiêm túc các bước sau:

- **Cho học sinh nghỉ ngơi theo dõi cách ly tại nhà** điều trị theo hướng dẫn của bác sĩ.
- **Ăn nghỉ điều độ:** Ăn chín, uống sôi, nghỉ ngơi đảm bảo sức khỏe.
- **Hạn chế tiếp xúc:** Luôn đeo khẩu trang ngay cả khi ở trong nhà.
- **Vệ sinh cá nhân:** Thường xuyên súc miệng bằng nước muối và rửa tay sạch sẽ.
- **Đeo khẩu trang:** Luôn đeo khẩu trang đúng cách khi đến trường, trong lớp học và nơi công cộng.

Trên đây là bài tuyên truyền phòng chống COVID-19. Mong các quý thầy cô, các bậc phụ huynh cùng các em học sinh chung tay để phòng chống COVID-19 bảo vệ sức khỏe tốt hơn cho mình và những người xung quanh.

Trân trọng!

NHÂN VIÊN Y TẾ



Nguyễn Thị Thắm

PHÓ HIỆU TRƯỞNG



Vũ Hoàng Phúc