

QUÝ VỊ CÓ TRIỆU CHỨNG MẮC VIRUS ĐƯỜNG HÔ HẤP, như các bệnh do COVID-19, cúm hoặc RSV không?

Thông tin này được sử dụng cho công chúng và các cơ sở chăm sóc sức khỏe phi y tế như trường học và nhà trẻ. Quy định này không áp dụng cho các cơ sở chăm sóc sức khỏe, cơ sở cải huấn hoặc nơi tạm trú cho người vô gia cư.

1 Nếu quý vị đang bị bệnh, hãy ở nhà và tránh xa người khác, kể cả những người sống cùng quý vị nhưng không bị bệnh.

Quý vị có thể quay lại các hoạt động thường ngày khi đáp ứng cả hai điều sau đây trong ít nhất 24 giờ:

- Các triệu chứng của quý vị dần cải thiện về tổng thể và
- Quý vị không còn bị sốt

Hãy xét nghiệm COVID-19 nếu có thể. Xét nghiệm COVID-19 có thể giúp quý vị được điều trị hiệu quả và bảo vệ những người có nguy cơ cao. Quý vị vẫn có thể mắc COVID-19 hoặc các bệnh đường hô hấp khác, ngay cả khi có kết quả xét nghiệm âm tính tại nhà.

Quý vị có nguy cơ cao mắc bệnh nặng do COVID-19 hoặc cúm không? Hãy nói chuyện với nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe ngay lập tức để xác định xem quý vị có đủ điều kiện điều trị hay không, ngay cả khi các triệu chứng của quý vị nhẹ.



[Điều trị COVID-19](#)



[Những người có nguy cơ cao bị biến chứng do cúm](#)

2 Khi quay lại các hoạt động thường ngày, hãy đeo khẩu trang và thực hiện biện pháp phòng ngừa trong 5 ngày tiếp theo, chẳng hạn như:



Cải thiện không khí và lọc khí.



Rửa tay thường xuyên bằng xà phòng và nước.



Giãn cách xã hội.



Vệ sinh thường xuyên.



Thực hiện xét nghiệm trước khi ở gần người khác trong nhà.



Nếu quý vị có kết quả dương tính với COVID-19 nhưng không có triệu chứng, quý vị vẫn nên đeo khẩu trang và thực hiện các biện pháp phòng ngừa bổ sung trong 5 ngày.

Các triệu chứng của virus đường hô hấp có thể bao gồm:

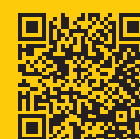
Ho
Sốt
Ớn lạnh
Đau đầu
Đau họng
Chảy nước mũi hoặc nghẹt mũi
Hắt hơi
Khó chịu ở ngực
Giảm cảm giác thèm ăn
Ói mửa
Tiêu chảy
Mệt mỏi
Đau cơ hoặc đau người
Mới bị mất vị giác hoặc khứu giác
Sức yếu
Thở khò khè

Nếu quý vị có thắc mắc về bệnh tình hoặc lo lắng về các triệu chứng của mình, hãy liên hệ với nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe.

Cần nhắc tránh xa những người có nguy cơ cao mắc bệnh rất nặng do COVID-19 (như người lớn tuổi và người có hệ miễn dịch suy yếu) cho đến khi:

- Đã 10 ngày trôi qua kể từ khi quý vị bắt đầu bị bệnh hoặc
- Quý vị có kết quả âm tính với COVID-19 qua xét nghiệm kháng nguyên (như xét nghiệm tự thực hiện).

Nếu quý vị phải ở gần người có nguy cơ cao mắc bệnh nặng trong thời gian này, hãy đeo khẩu trang.



[Các yếu tố nguy cơ mắc COVID-19 nghiêm trọng](#)



[Tìm hiểu thêm về những việc cần làm khi quý vị mắc COVID-19 hoặc một loại virus đường hô hấp khác.](#)