

### **Bệnh Vi-rút Corona 2019 (COVID-19) là gì?**

Bệnh Vi-rút Corona 2019, thường được gọi là COVID-19 hoặc COVID, là bệnh nhiễm trùng đường hô hấp do vi-rút corona có tên Vi-rút Hội Chứng Hô Hấp Cấp Tính Nặng Corona 2 (SARS-CoV-2) gây ra. SARS-CoV-2 và COVID-19 được phát hiện lần đầu tiên tại tỉnh Vũ Hán, Trung Quốc vào tháng 12 năm 2019. Kể từ đó, loại vi-rút này đã lây lan nhanh chóng ra khắp thế giới, tạo thành đại dịch và hàng trăm triệu người nhiễm bệnh.

Vi-rút corona là một chủng vi-rút lớn có thể lây nhiễm và gây bệnh ở người và động vật. Hiện tại đã xác định được bảy loại vi-rút corona lây nhiễm cho người. Bốn loại trong số này là những loại phổ biến và gây nhiễm trùng đường hô hấp nhẹ giống như bệnh cảm lạnh thông thường. Ba loại còn lại, trong đó có SARS-CoV-2, gây nhiễm trùng đường hô hấp nghiêm trọng hơn.

### **Ai có thể bị nhiễm COVID-19?**

Loại vi-rút này rất dễ lây và bất kỳ ai phơi nhiễm với tác nhân gây bệnh đều có thể bị nhiễm COVID-19. Người lớn tuổi và những người mắc một số bệnh nền nhất định, chẳng hạn như bệnh tim hoặc phổi hoặc tiểu đường, có nguy cơ cao mắc bệnh COVID-19 ở mức nghiêm trọng.

### **COVID-19 lây lan như thế nào?**

COVID-19 lây lan khi người nhiễm bệnh thở và làm bắn ra những giọt hoặc hạt nhỏ chứa vi-rút này. Điều này có thể xảy ra trong khi người đó thở, nói, hát hoặc tập thể dục. Sau đó, những giọt bắn và hạt này có thể được người khác hít vào hoặc chúng có thể rơi vào mắt, mũi hoặc miệng của họ. Đôi khi, người bị nhiễm bệnh có thể làm lây nhiễm lên các bề mặt mà họ chạm vào và người khác sẽ bị nhiễm bệnh khi chạm vào mắt, mũi hoặc miệng của họ bằng tay bị nhiễm bệnh. Những người ở gần người bị nhiễm bệnh trong phạm vi sáu foot có nhiều khả năng bị nhiễm bệnh nhất.

### **Các triệu chứng nhiễm COVID-19 là gì?**

Tình trạng bệnh do nhiễm COVID-19 có thể không có triệu chứng hoặc triệu chứng rất nhẹ đến mức bệnh nặng có thể khiến người bệnh phải nhập viện, vào khoa chăm sóc đặc biệt hoặc thậm chí là tử vong. Các triệu chứng phổ biến hơn bao gồm:

- Sốt hoặc ớn lạnh
- Ho
- Hụt hơi
- Mệt mỏi
- Đau cơ hoặc đau nhức cơ thể
- Đau đầu
- Mới xuất hiện tình trạng mất vị giác hoặc khứu giác
- Đau họng
- Nghẹt mũi hoặc chảy nước mũi
- Buồn nôn hoặc nôn mửa
- Tiêu chảy

Mặc dù bất kỳ ai cũng có thể xuất hiện triệu chứng, nhưng người lớn tuổi và những người mắc một số bệnh nền nhất định (ví dụ: bệnh tim, bệnh phổi, tiểu đường và hệ miễn dịch suy yếu) có nguy cơ cao hơn mắc bệnh COVID-19 ở mức nghiêm trọng. Các triệu chứng bệnh nghiêm trọng bao gồm:

- Khó thở
- Đau dai dẳng hoặc nặng ngực
- Mới xuất hiện tình trạng lú lẫn
- Không thể thức dậy hoặc duy trì tình trạng tỉnh táo
- Da, môi hoặc móng tay nhợt nhạt, xám hoặc xanh xao

### **Bao lâu sau khi phơi nhiễm thì các triệu chứng xuất hiện?**

Các triệu chứng có thể xuất hiện từ 2-14 ngày sau khi phơi nhiễm với vi-rút.

### **Nhiễm bệnh COVID-19 được chẩn đoán như thế nào?**

[Hai loại xét nghiệm vi-rút](#) được sử dụng để chẩn đoán nhiễm bệnh COVID-19 hiện nay. Xét nghiệm sinh học phân tử (còn gọi là RT-PCR) được sử dụng để phát hiện vật liệu di truyền tạo thành vi-rút. Xét nghiệm kháng nguyên được sử dụng để tìm ra các protein cụ thể có trên bề mặt của vi-rút. Cả hai loại xét nghiệm đều có thể xác định xem quý vị có bị nhiễm COVID-19 hiện hoạt hay không. Các xét nghiệm sinh học phân tử và xét nghiệm kháng nguyên thường được thực hiện bằng cách lấy mẫu dịch mũi bằng tăm bông dài. Nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe của quý vị có thể xác định xem có nên tiến hành xét nghiệm để phát hiện vi-rút hay không dựa trên các dấu hiệu và triệu chứng của quý vị, xác định xem quý vị có tiếp xúc gần với người bị nhiễm bệnh hay không, xác định xem quý vị có mắc một loại bệnh trạng khiến quý vị có nguy cơ cao mắc bệnh nghiêm trọng hay không, hoặc xác định xem quý vị có sắp trải qua một thủ thuật y tế hay không. Các xét nghiệm có thể được thực hiện trong phòng xét nghiệm, tại địa điểm xét nghiệm hoặc tại nhà riêng của quý vị.

### **Có những phương pháp điều trị nào cho COVID-19?**

Hiện tại, có ba loại thuốc được Cơ Quan Quản Lý Thực Phẩm và Dược Phẩm (FDA) Hoa Kỳ cho phép hoặc phê duyệt sử dụng để điều trị COVID-19. Những người đã được chẩn đoán mắc COVID-19 từ mức nhẹ đến trung bình và có nguy cơ mắc bệnh nghiêm trọng cao hơn nên liên hệ ngay với nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe của họ để xem liệu họ có đủ điều kiện để được điều trị hay không. Cần phải bắt đầu điều trị ngay trong vài ngày đầu tiên mắc bệnh để đạt được hiệu quả.

Theo Hội Đồng Hướng Dẫn Điều Trị COVID-19 của Viện Y Tế Quốc Gia (NIH) Hoa Kỳ, thuốc kháng vi-rút đường uống nirmatrelvir dùng kết hợp với ritonavir ([Paxlovid](#); Pfizer) là [lựa chọn hàng đầu](#) để điều trị bệnh COVID-19. Paxlovid hiện có Giấy Phép Sử Dụng Khẩn Cấp của FDA và được cho dùng ở những bệnh nhân từ 12 tuổi trở lên, cân nặng ít nhất 40 kg và có nguy cơ cao mắc bệnh nghiêm trọng do COVID-19. Người bệnh phải bắt đầu dùng Paxlovid trong vòng 5 ngày kể từ ngày khởi phát triệu chứng COVID-19.

Theo Hội Đồng Hướng Dẫn Điều Trị của NIH, remdesivir ([Veklury](#); Gilead Sciences) là phương án ưu tiên thứ hai để điều trị COVID-19. Veklury được FDA phê duyệt sử dụng và hiện nay là liệu pháp duy nhất có thể được dùng cho những người dưới 12 tuổi. Người bệnh phải bắt đầu dùng Veklury trong vòng 7 ngày kể từ khi khởi phát triệu chứng. Veklury có thể được dùng cho bệnh nhân ngoại trú hoặc bệnh nhân nội trú dưới dạng truyền tĩnh mạch (IV) trong ba ngày liên tiếp. Chính quyền liên bang có [trang web Xác](#)

[Định Cơ Sở Trị Liệu COVID-19](#), tại đó các nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe hoặc y tế công cộng có thể tìm kiếm các địa điểm có thể cung cấp Veklury qua đường truyền tĩnh mạch.

Theo Hội Đồng Hướng Dẫn Điều Trị của NIH, molnupiravir ([Lagevrio](#); Merck) được coi là thuốc điều trị COVID-19 được ưu tiên thứ ba. Lagevrio là một loại thuốc kháng vi-rút dùng qua đường uống hiện là thuốc được FDA phê duyệt sử dụng khẩn cấp. Loại thuốc này được chỉ định cho bệnh nhân từ 18 tuổi trở lên và người bệnh phải bắt đầu dùng trong vòng 5 ngày kể từ khi khởi phát triệu chứng bệnh.

### Cách phòng ngừa nhiễm COVID-19?

Có [một số chiến lược](#) cần tuân thủ để làm chậm sự lây lan của COVID-19.

- Tiêm [đầy đủ các mũi](#) vắc-xin COVID-19 để được bảo vệ tốt nhất.
  - Những người có bệnh nền hoặc đang dùng thuốc làm suy giảm hệ miễn dịch của họ có thể **không** được bảo vệ đầy đủ ngay cả khi họ đã tiêm đầy đủ các mũi vắc-xin. Họ nên trao đổi với nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe của mình về các việc cần làm để bảo vệ bản thân.
- Quý vị cần luôn đeo khẩu trang nếu quý vị nhiễm COVID-19 (hoặc có triệu chứng bệnh) và khi cần ở gần người khác hoặc nếu quý vị đang chăm sóc cho người mắc COVID-19. Quý vị có thể đeo khẩu trang hoặc không đeo sau khi [tiếp xúc](#) với người mắc COVID-19 và ở gần những người khác, đặc biệt là những người có nhiều khả năng mắc bệnh [rất nặng do COVID-19](#). Quý vị cũng có thể đeo khẩu trang hoặc không đeo ở môi trường trong nhà tại những địa điểm công cộng nếu [số lượng bệnh nhân nhập viện do COVID-19](#) ở mức cao, bất kể tình trạng tiêm chủng của quý vị như thế nào. Những người có nguy cơ cao mắc bệnh ở mức nghiêm trọng và những người sống hoặc ở cạnh người có nguy cơ mắc bệnh cao hơn có thể cân nhắc việc đeo khẩu trang chất lượng cao nếu [số lượng bệnh nhân nhập viện do COVID-19](#) ở mức trung bình.
  - Một số người không bao giờ nên đeo khẩu trang. Đó là trẻ em dưới 2 tuổi; bất kỳ trẻ em nào đang ngủ; những người khó thở, mất năng lực hoặc những người không thể tháo khẩu trang nếu không có người giúp; những người khuyết tật không thể tự mình đeo khẩu trang hoặc không thể đeo khẩu trang một cách an toàn vì những lý do liên quan đến tình trạng khuyết tật.
- Tránh các khu vực trong nhà có luồng lưu thông không khí kém (thông gió) và đông người. Điều này đặc biệt quan trọng đối với những người có nguy cơ cao mắc bệnh ở mức nghiêm trọng.
- Làm xét nghiệm nếu quý vị có các triệu chứng của COVID-19 hoặc đã tiếp xúc với người mắc COVID-19.
- Ở nhà nếu quý vị bị bệnh hoặc có kết quả xét nghiệm dương tính với COVID-19.
- Rửa tay thường xuyên bằng xà phòng và nước trong ít nhất 20 giây. Nếu không có nước, hãy sử dụng chất khử trùng tay chứa ít nhất 60% cồn.
- Tránh tiếp xúc với những người bị bệnh.
- [Lau chùi các bề mặt](#) thường xuyên dùng chạm bằng cách sử dụng chất tẩy rửa gia dụng, chẳng hạn như xà phòng hoặc chất tẩy rửa.

**Tôi có thể tìm hiểu thêm về COVID-19 bằng cách nào?**

## Tờ Thông Tin về Bệnh Vi-rút Corona 2019 (COVID-19)

- Nếu quý vị lo lắng về COVID-19, hãy liên hệ với nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe của quý vị.
- Gọi cho cơ quan y tế ở địa phương quý vị. Danh mục các cơ quan y tế địa phương có tại <https://www.vdh.virginia.gov/local-health-districts/>.
- Truy cập trang web của Trung Tâm Kiểm Soát và Phòng Ngừa Dịch Bệnh (CDC) tại <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/index.html>.

Tháng 5 năm 2023