

THỰC HIỆN ĐẦY ĐỦ CÁC BIỆN PHÁP PHÒNG CHỐNG DỊCH BỆNH COVID-19 TRONG TÌNH HÌNH MỚI



1 ĐEO KHẨU TRANG NƠI CÔNG CỘNG

Đeo khẩu trang nơi công cộng, trên phương tiện giao thông công cộng và đến cơ sở y tế.



2 TĂNG CƯỜNG VẬN ĐỘNG

Tăng cường vận động, rèn luyện thể lực, dinh dưỡng hợp lý xây dựng lối sống lành mạnh.



3 TỰ CÁCH LY NẾU CÓ DẤU HIỆU SỐT

Nếu bạn có dấu hiệu sốt, ho, hắt hơi, và khó thở, hãy tự cách ly tại nhà, đeo khẩu trang và gọi cho cơ sở y tế gần nhất để được tư vấn, khám và điều trị.



4 KHAI BÁO Y TẾ TRỰC TUYẾN

Thực hiện khai báo y tế trực tuyến tại <https://tokhaiyte.vn> hoặc tải ứng dụng NCOVI từ địa chỉ <https://ncovi.vn> và thường xuyên cập nhật tình trạng sức khỏe của bản thân.

1 THƯỜNG XUYÊN RỬA TAY

Thường xuyên rửa tay đúng cách bằng xà phòng dưới vòi nước sạch, hoặc bằng dung dịch sát khuẩn có cồn (ít nhất 60% cồn)



2

3 TRÁNH ĐƯA TAY LÊN MẮT, MŨI, MIỆNG

Tránh đưa tay lên mắt, mũi, miệng. Che miệng và mũi khi ho hoặc hắt hơi bằng khăn giấy, khăn vải, khuỷu tay áo.



4

5 VỆ SINH THÔNG THOÁNG NHÀ CỬA

Vệ sinh thông thoáng nhà cửa, lau rửa các bề mặt hay tiếp xúc.



7

TỰ CÁCH LY NẾU TỪ VÙNG DỊCH

Nếu bạn từ vùng có dịch bệnh trở về cần tự cách ly, theo dõi sức khỏe, khai báo y tế đầy đủ.



8

9 CÀI ĐẶT ỨNG DỤNG BLUEZONE

Cài đặt ứng dụng Bluezone để được cảnh báo nguy cơ lây nhiễm COVID-19, giúp bảo vệ bản thân và gia đình:

<https://www.bluezone.gov.vn/>



BỘ Y TẾ

© Bản quyền thuộc về



TẬP ĐOÀN VNPT
TRUNG TÂM TRUYỀN THÔNG VCOMMS



Đường dây nóng của Bộ Y tế

19009095