

# Vi-rút Corona Mới Lại (COVID-19)

## Sở Y tế Công cộng Quận Los Angeles Hướng dẫn Đánh giá Sức khỏe tại Trường học

Việc đánh giá sức khỏe học đường là quan trọng hơn bao giờ hết để giúp xác định các vấn đề sức khỏe sớm hơn và cải thiện sức khỏe của tất cả trẻ em tại các trường học của California. Bất chấp việc hiện tại trường đang đóng cửa và những tác động liên tục của COVID-19, những đợt đánh giá sức khỏe tại trường học là yêu cầu bắt buộc để nhập học và vẫn tiếp tục có hiệu lực trong năm học 2020–21. Tài liệu này đưa ra hướng dẫn về cách cung cấp các đánh giá tại chỗ theo cách giúp giữ gìn sức khỏe cho nhân viên và trẻ em và ngăn ngừa sự lây lan của hiện tượng nhiễm bệnh. Để biết thêm chi tiết về các đánh giá sức khỏe bắt buộc tại trường học, giáo dục sức khỏe tình dục toàn diện, kế hoạch an toàn toàn diện ở trường học và đào tạo báo cáo bắt buộc cho năm học 2020–21, hãy xem [trang web](#) của Sở Giáo dục California về Hướng dẫn An toàn và Sức khỏe Học Đường.

### **Thông tin chung về COVID-19**

#### **Các triệu chứng của COVID-19**

Những người bị nhiễm COVID-19 có rất nhiều triệu chứng, từ các triệu chứng nhẹ đến bệnh nặng. Các triệu chứng có thể bao gồm:

- Sốt
- Ho
- Thở hụt hơi/khó thở
- Mệt mỏi
- Ớn lạnh
- Nghẹt mũi hoặc chảy nước mũi
- Đau cơ thể hoặc đau cơ bắp
- Đau đầu
- Đau họng
- Buồn nôn hoặc nôn mửa
- Tiêu chảy
- Bắt đầu mất vị giác hoặc khứu giác

#### **Cách COVID-19 lây lan**

Vi rút lây lan chủ yếu do tiếp xúc gần gũi từ người sang người. Một người “tiếp xúc gần” là bất kỳ người nào sau đây có tiếp xúc với “\* người bị nhiễm bệnh” trong khi họ đang có khả năng lây nhiễm:

- Một cá nhân ở trong vòng 6 feet với người nhiễm bệnh trong hơn 15 phút
- Một cá nhân đã tiếp xúc mà không được bảo vệ với chất dịch và/hoặc chất tiết của cơ thể của người bị nhiễm bệnh, chẳng hạn như bị ho hoặc hắt hơi trúng, dùng chung đồ dùng ăn uống/bị dính nước bọt hoặc chăm sóc người bị nhiễm bệnh mà không mang thiết bị bảo vệ thích hợp.

\* Người bị nhiễm theo mục đích của hướng dẫn này là bất kỳ ai đã được xác nhận bị nhiễm COVID-19 hoặc người bị nghi ngờ nhiễm COVID-19 dựa trên các triệu chứng. Những cá nhân này được coi là có khả năng lây nhiễm từ 2 ngày trước khi các triệu chứng của họ xuất hiện lần đầu tiên cho đến khi họ không cần phải cách ly nữa (như được mô tả trong [Hướng dẫn Cách ly Tại nhà dành cho Người bị nhiễm COVID-19](#)). Một người có xét nghiệm dương tính với COVID-19 nhưng không có triệu chứng (không triệu chứng) được coi là có khả năng lây nhiễm từ 2 ngày trước khi xét nghiệm cho đến 10 ngày sau khi xét nghiệm.

# Vi-rút Corona Mới Lại (COVID-19)

Sở Y tế Công cộng Quận Los Angeles  
Hướng dẫn Đánh giá Sức khỏe tại Trường học

## Các Đánh giá Sức khỏe tại trường Học

### Đánh giá sức khỏe răng miệng

Thông tin liên quan đến đánh giá sức khỏe răng miệng phải tiếp tục được cung cấp cho phụ huynh và người giám hộ hợp pháp theo yêu cầu trong Mục 49452.8 của Bộ luật Giáo dục California (EC). Phần này yêu cầu học sinh trường công đã đăng ký học mẫu giáo (hoặc lớp một nếu trước đó chưa đăng ký học mẫu giáo) phải được đánh giá sức khỏe răng miệng không chậm hơn ngày 31 tháng 5, trừ khi phụ huynh/người giám hộ cho biết lý do không thể hoàn thành cuộc đánh giá đó.

Bất kỳ nhà cung cấp nào cung cấp đánh giá sức khỏe răng miệng tại chỗ phải tuân thủ các khuyến nghị được cung cấp cho nha sĩ bởi Sở Y tế Công cộng Quận LA <http://ph.lacounty.gov/acd/ncorona2019/dentists.htm>.

### Kiểm tra thi lục

Theo các mục 49452 và 49455 của Bộ luật Giáo dục California, các trường học phải tiếp tục kiểm tra thi lục và giới thiệu học sinh nơi kiểm tra, nếu cần. Ấn phẩm, [Hướng dẫn Kiểm tra Thi lục ở các Trường Công lập California \(PDF\)](#) cung cấp cho nhân viên y tế của học khu và trường học các hướng dẫn về chương trình kiểm tra thi lục ở trường liên quan đến Mục 49455 của EC.

### Kiểm tra thính lực

Các trường học phải tiếp tục cung cấp kiểm tra thính lực và giới thiệu học sinh đi kiểm tra khi cần thiết theo yêu cầu của Mục 49452. [Hướng dẫn Đo thính lực Học đường \(PDF\)](#) của Sở Dịch vụ Y tế California (DHCS) cung cấp thông tin liên quan đến chương trình bảo vệ thính giác trường học liên quan đến Mục EC 49452. Sách hướng dẫn là dành cho những người đã được đào tạo chính thức về đo thính lực và không nhằm thay thế cho việc đào tạo đó.

**Nếu các đánh giá sức khỏe tại chỗ được thực hiện tại trường học, cần tuân thủ các hướng dẫn sau:**

#### **1. Đảm bảo yêu cầu giữ khoảng cách vật lý và có các biện pháp kiểm soát nhiễm bệnh:**

- Mọi người được yêu cầu phải luôn đeo khăn che mặt khi ở gần những người khác. Trẻ em dưới 2 tuổi và những người có tình trạng bệnh lý khiến cho họ không được an toàn khi đeo khăn che mặt được miễn yêu cầu này; Nếu có thể, những người không thể đeo khăn che mặt nên sử dụng tấm che mặt có màn vải che phía dưới cằm.
- Giới hạn số lượng nhân viên và học sinh tại chỗ để đảm bảo khoảng cách vật lý ít nhất là 6 feet giữa các cá nhân không thuộc cùng một hộ gia đình.
  - Đưa ra thời gian hẹn đã lên lịch cách nhau đủ thời gian để cho phép vệ sinh thiết bị đúng cách giữa các lần đánh giá. Lờ nhắc cuộc hẹn nên bao gồm thông tin về các phương pháp kiểm soát nhiễm trùng và yêu cầu giữ khoảng cách vật lý đang được áp dụng.
  - Cung cấp hướng dẫn vật lý, chẳng hạn như băng dán trên sàn nhà hoặc vỉa hè và biển báo trên tường, để đảm bảo rằng nhân viên và học sinh đứng cách nhau ít nhất 6 feet khi xếp hàng và vào những thời điểm khác (ví dụ: hướng dẫn để tạo “tuyến đường một chiều” ở hành lang).
  - Chỉ định các tuyến đường vào và ra, sử dụng càng nhiều lối vào càng tốt. Đưa ra các giao thức khác để hạn chế tiếp xúc trực tiếp với người khác càng nhiều càng tốt.

# Vi-rút Corona Mới Lại (COVID-19)

## Sở Y tế Công cộng Quận Los Angeles Hướng dẫn Đánh giá Sức khỏe tại Trường học

### 2. Kiểm tra sàng lọc Nhân viên, Học sinh và Khách đến thăm:

Việc kiểm tra sàng lọc COVID-19 giúp ngăn chặn sự xâm nhập của vi-rút vào những nơi có nguy cơ lây lan cao. Kiểm tra sàng lọc rất đơn giản. Quy trình này bao gồm 1) hỏi về triệu chứng ho, khó thở hoặc các triệu chứng hô hấp khác và 2) kiểm tra nhiệt độ - sử dụng nhiệt kế không cần chạm vào hoặc, nếu điều đó không khả thi, kiểm tra bằng vấn đáp xem người đó có cảm thấy sốt hay không.

- Nhân viên, trẻ em, phụ huynh/người chăm sóc và khách đến thăm cần được nhắc nhở thường xuyên rằng họ nên tự kiểm tra các triệu chứng tại nhà và ở nhà nếu họ bị bệnh, ngay cả với các triệu chứng nhẹ.
  - Hướng dẫn phụ huynh kiểm tra sàng lọc cho con cái và bản thân trước khi rời nhà. Bất kỳ ai có các triệu chứng phù hợp với COVID-19, bao gồm cả trẻ em, mà không có chẩn đoán thay thế nên ở nhà cách ly tối thiểu 10 ngày cộng với ít nhất 24 giờ sau khi hết sốt (không dùng thuốc hạ sốt) và đến khi các triệu chứng khác được cải thiện.
  - Nếu trẻ hoặc phụ huynh gần đây đã tiếp xúc gần với một cá nhân có kết quả xét nghiệm dương tính hoặc có các triệu chứng của COVID-19 thì nên kiểm dịch trong 14 ngày kể từ lần tiếp xúc cuối cùng với người nhiễm bệnh.
  - Hướng dẫn phụ huynh gọi điện đến trường để dời lịch đánh giá sức khỏe đến một ngày sau khi hoàn thành thời gian cách ly hoặc kiểm dịch.
- Việc kiểm tra sức khỏe sàng lọc cho tất cả nhân viên và trẻ em nên được thực hiện khi họ đến cơ sở.
  - Đảm bảo rằng các kế hoạch thực hiện kiểm tra sức khỏe đáp ứng nhu cầu của những trẻ em gặp khó khăn khi bị chạm vào cơ thể và/hoặc khi gặp những thay đổi đáng kể trong thói quen hàng ngày của các em.
- Nếu một nhân viên hoặc trẻ em có các triệu chứng của COVID-19, họ không thể ở lại địa điểm.

### 3. Thúc đẩy việc giữ gìn vệ sinh tốt để hạn chế sự lây lan của COVID-19

- Tất cả nhân viên phải luôn đeo [khăn che mặt bằng vải](#) khi làm việc trừ khi ăn uống hoặc ở một mình trong phòng làm việc riêng hoặc buồng kín vượt quá chiều cao của nhân viên.
- Nhân viên đã được nhà cung cấp dịch vụ y tế hướng dẫn rằng họ không nên đeo khăn che mặt nên đeo tấm che mặt có phần khăn che ở mép dưới, để tuân thủ các chỉ thị của Tiểu bang, miễn là tình trạng của họ cho phép. Tốt hơn hết là phần khăn che khít vừa vặn dưới cằm.
- Cơ sở phải cung cấp khăn che mặt cho tất cả nhân viên có bất kỳ tiếp xúc nào với các nhân viên khác, với trẻ em và/hoặc với khách đến thăm cơ sở.
- Hướng dẫn nhân viên giặt hoặc thay khăn che mặt hàng ngày.
- Sử dụng bảng chỉ dẫn để nhắc nhở nhân viên, khách đến thăm và trẻ em rửa tay thường xuyên. Sử dụng các biển báo trong tất cả các phòng vệ sinh để hướng dẫn kỹ thuật rửa tay đúng cách.
  - Sử dụng các biển báo phù hợp với lứa tuổi để nhắc nhở trẻ em rửa tay (ví dụ, xem <https://www.cdc.gov/handwashing/buttons.html>).
  - Các biển báo nên hướng dẫn người lớn áp dụng các biện pháp thực hành tốt nhất trong việc rửa tay (xem ví dụ: <http://www.ph.lacounty.gov/media/Coronavirus/docs/protection/GuidanceHandwashing-English.pdf>.)

# Vi-rút Corona Mới Lạ (COVID-19)

## Sở Y tế Công cộng Quận Los Angeles Hướng dẫn Đánh giá Sức khỏe tại Trường học

- Cung cấp các vật dụng cần thiết để giữ gìn vệ sinh tốt, bao gồm các bồn rửa tay sạch sẽ và tiện dụng để tiếp cận, xà phòng, khăn giấy, và chất khử trùng tay chứa cồn. Giúp bất kỳ người lớn nào vào cơ sở hoặc bất kỳ phòng nào trong cơ sở dễ dàng khử trùng tay của họ - khi đi vào.
  - Tuy nhiên, lưu ý rằng CDC có cảnh báo rằng trẻ nhỏ không nên sử dụng chất khử trùng tay mà không có sự giám sát của người lớn vì nguy cơ uống phải chất cồn (hãy xem <https://www.cdc.gov/handwashing/show-me-the-science-hand-sanitizer.html>).

#### 4. Làm vệ sinh và khử trùng tại cơ sở của quý vị

- Làm vệ sinh và khử trùng là 2 bước riêng biệt trong quy trình dọn dẹp.
  - Làm vệ sinh là nhằm mục đích loại bỏ vi trùng (bao gồm cả vi rút), bụi bẩn và tạp chất khỏi bề mặt. Làm vệ sinh không giết chết vi trùng, nhưng việc này làm giảm nguy cơ nhiễm bệnh bằng cách giảm số lượng vi trùng trên bề mặt.
  - Mặt khác, khử trùng không nhất thiết làm cho bề mặt trông sạch sẽ, nhưng nó làm giảm nguy cơ nhiễm bệnh bằng cách tiêu diệt vi trùng trên bề mặt. Chất khử trùng càng mạnh và ở càng lâu trên bề mặt thì càng giết được nhiều vi trùng.
- Để làm vệ sinh sạch:
  - Nước ấm và xà phòng có tác dụng làm sạch. Chúng loại bỏ vi trùng, bụi bẩn và tạp chất khỏi bề mặt.
  - Nếu quý vị không có xà phòng, hãy sử dụng chất tẩy rửa khác cùng với nước.
- Để khử trùng:
  - Sử dụng chất khử trùng thương mại đã đăng ký với Cơ quan Bảo vệ Môi sinh (EPA) nếu có. Một giải pháp thay thế là dùng dung dịch thuốc tẩy: 5 muỗng canh (1/3 cốc) thuốc tẩy cho mỗi gallon nước hoặc 4 muỗng cà phê thuốc tẩy cho mỗi lít nước.
  - Để giảm nguy cơ mắc bệnh hen suyễn ở trẻ em và nhân viên, hãy cố gắng sử dụng các sản phẩm khử trùng trong [danh sách N của EPA](#) với các thành phần an toàn hơn cho bệnh hen suyễn (hydrogen peroxide, axit citric hoặc axit lactic) thay vì các sản phẩm bao gồm axit peroxyacetic, natri hypochlorit (thuốc tẩy) hoặc các hợp chất amoni bậc bốn.
  - Nên để cho lớp xịt khử trùng và dung dịch tẩy gia dụng ở yên trên các bề mặt để các bề mặt này được khử trùng theo hướng dẫn trên nhãn.
- Làm vệ sinh sạch và khử trùng an toàn
  - Tốt nhất, việc làm vệ sinh và khử trùng toàn diện nên được thực hiện sau thời gian làm việc, khi trẻ không có mặt, tạo điều kiện không khí thoáng đi trước khi trẻ trở lại.
  - Việc làm vệ sinh tại chỗ và khử trùng những khu vực thường xuyên tiếp xúc hoặc làm bẩn nên được thực hiện thường xuyên trong ngày, ngay cả khi có mặt trẻ. Các bề mặt cần quan tâm có thể bao gồm tay vịn của bồn rửa, tay nắm nhà vệ sinh, bàn và tay nắm cửa cũng như các dụng cụ được sử dụng trong đánh giá như máy đo thính lực, tai nghe, dụng cụ che mắt ( Các công cụ đánh giá này phải được làm sạch theo hướng dẫn sản xuất).

# Vi-rút Corona Mới Lại (COVID-19)

## Sở Y tế Công cộng Quận Los Angeles Hướng dẫn Đánh giá Sức khỏe tại Trường học

- Kiểm tra nhãn trên sản phẩm. Không bao giờ trộn thuốc tẩy hoặc bất kỳ sản phẩm nào có chất tẩy trắng với bất kỳ sản phẩm nào có chứa amoniac, vì khí sinh ra sẽ cực kỳ nguy hại.
- Các sản phẩm làm sạch và khử trùng lặp nên được bảo quản xa tầm tay trẻ em.
- Nếu có thể, việc làm vệ sinh và khử trùng nên được thực hiện khi mở cửa sổ và/hoặc cửa lớn ra vào để hóa chất bay đi, hoặc khi trẻ đang ở bên ngoài hoặc không có mặt.
- Hãy nhớ rằng bất kỳ ai sử dụng sản phẩm tẩy rửa đều cần phải được bảo vệ đầy đủ bởi thiết bị bảo vệ cá nhân (PPE), bao gồm găng tay và/hoặc kính bảo vệ mắt, theo yêu cầu của sản phẩm hướng dẫn.

### 5. Các bước hành động khi một nhân viên được chẩn đoán nhiễm COVID-19

- Nhân viên phải ở nhà khi họ bị ốm với các triệu chứng của bệnh hô hấp như sốt và ho.
  - Nhắc nhở nhân viên rằng họ phải ở nhà cách ly và không trở lại cơ sở ít nhất 10 ngày sau khi bắt đầu có triệu chứng VÀ cho đến khi các triệu chứng của họ được cải thiện VÀ họ hết sốt trong ít nhất 24 giờ mà không cần dùng thuốc hạ sốt.
  - Nếu nhân viên có triệu chứng nhưng chưa được xét nghiệm COVID-19, hãy hướng dẫn họ tìm kiếm xét nghiệm từ nhà cung cấp của chính họ, từ một địa điểm xét nghiệm miễn phí, công cộng hoặc từ một địa điểm khác mà họ lựa chọn và thông báo cho trung tâm về kết quả của việc xét nghiệm.
- Tất cả nhân viên và bất kỳ trẻ em nào tiếp xúc gần với người bị nhiễm bệnh, nên được đưa về nhà để tự kiểm dịch. Việc kiểm dịch phải được thực hiện trong 14 ngày sau khi tiếp xúc với người bị nhiễm bệnh. Nếu không có triệu chứng nào phát sinh trong 14 ngày, người được kiểm dịch có thể trở lại làm việc. Nếu xét nghiệm âm tính trong thời gian kiểm dịch vẫn không được rút ngắn thời gian kiểm dịch; thời gian kiểm dịch luôn là 14 ngày kể từ ngày phơi nhiễm lần cuối.
  - Nếu nhân viên bị nhiễm bệnh đang làm việc khi các triệu chứng xuất hiện và/hoặc trong vòng 2 ngày trước khi có triệu chứng, hãy làm theo hướng dẫn dưới đây để liên hệ với Sở Y tế Công cộng nhằm đảm bảo thực hiện các bước thích hợp.
- Khi nhân viên (hoặc trẻ em) bị bệnh hô hấp cấp tính ở nhà hoặc quay trở lại cơ sở khi họ đã khỏi bệnh thì KHÔNG cần phải có giấy cho phép của nhà cung cấp y tế.

### 6. Các bước hành động khi có vấn đề phơi nhiễm tại trung tâm

- Khi người tại địa điểm của quý vị (trẻ em, nhân viên hoặc khách đến thăm) bị nhiễm COVID-19 (được xác nhận bằng xét nghiệm tại phòng thí nghiệm hoặc bị nghi ngờ nhiễm bệnh dựa trên các triệu chứng), hãy liên hệ với Chương trình Bệnh Truyền nhiễm Cấp tính của Sở Y tế Công cộng để được hướng dẫn về các bước quý vị có thể thực hiện để giảm thiểu rủi ro cho trẻ em và nhân viên khác. Có thể liên hệ với chương trình theo số (213) -240-7941 vào giờ ban ngày hoặc (213) 974-1234 vào giờ buổi tối.
- Xác định những người lớn hoặc trẻ em có thể đã tiếp xúc gần với người bệnh trong hơn 15 phút hoặc những người có thể đã tiếp xúc trực tiếp mà không được bảo vệ với dịch cơ thể hoặc chất tiết của người bệnh bắt đầu từ 2 ngày trước khi các triệu chứng xuất hiện. Dịch hoặc chất tiết ra của cơ thể bao gồm nước bọt, đờm, chất nhầy mũi, chất nôn, nước tiểu hoặc dịch tiêu chảy. Những người này cần phải được kiểm dịch tại nhà trong 14 ngày kể từ ngày tiếp xúc.

# Vi-rút Corona Mới Lạ (COVID-19)

## Sở Y tế Công cộng Quận Los Angeles Hướng dẫn Đánh giá Sức khỏe tại Trường học

- Bất kỳ ai đã tiếp xúc gần với người bị nhiễm bệnh đều phải được đưa về nhà để tự kiểm dịch.
- Nếu bất kỳ nhân viên hoặc trẻ em nào phát triển các triệu chứng trong khi đang kiểm dịch, họ nên tuân thủ các hướng dẫn về cách tự cách ly (10 ngày sau khi các triệu chứng bắt đầu VÀ 24 giờ sau khi hết sốt và các triệu chứng được cải thiện).

Quý vị có thể tìm thêm thông tin mà quý vị có thể quan tâm trên trang web của Sở Y tế Công cộng Quận Los Angeles <http://publichealth.lacounty.gov/media/Coronavirus/>.

### Các nguồn thông tin hữu ích

- Sở Y tế Công cộng Quận Los Angeles (LACDPH, Quận)  
<http://publichealth.lacounty.gov/media/Coronavirus/>  
Truyền thông xã hội: @lapublichealth
- Đường dây trợ giúp của Trung tâm Tiếp cận Sức khỏe Tâm thần của Quận Los Angeles hoạt động 24/7 tại số (800) 854-7771
- Sở Dịch vụ Xã hội California, Bộ phận Cấp phép Chăm sóc Cộng đồng  
<https://www.cdss.ca.gov/inforesources/community-care-licensing>
- Sở Y tế Công cộng California (CDPH, Tiểu bang)  
<https://www.cdph.ca.gov/Programs/CID/DCDC/Pages/Immunization/nCOV2019.aspx>
- Trung tâm Kiểm soát và Phòng ngừa Dịch bệnh (CDC, Quốc gia)  
<http://www.cdc.gov/coronavirus/novel-coronavirus-2019.html>
- Tổ chức Y tế Thế giới (WHO, Quốc tế)  
<https://www.who.int/health-topics/coronavirus>

Nếu quý vị có thắc mắc và muốn nói chuyện với ai đó, hoặc cần trợ giúp tìm dịch vụ chăm sóc y tế, hãy gọi đến đường dây Thông tin của Quận Los Angeles ở số 2-1-1, đường dây này hoạt động 24/7.

