

BÀI TUYÊN TRUYỀN

Lưu ý khi sử dụng test nhanh COVID-19 tại nhà

Thưa toàn thể nhân dân!

Trước diễn biến phức tạp của tình hình dịch bệnh Covid-19 hiện nay. Trên địa bàn tỉnh Ninh Bình và huyện Nho Quan đã và đang xuất hiện nhiều ổ dịch mới, số ca mắc COVID-19 đang gia tăng từng ngày. Hiện nay số ca mắc COVID-19 liên tục tăng cao, quá lo lắng, một số người dân ngày nào cũng mua kit test nhanh COVID-19 để xét nghiệm hoặc không tin kết quả test nhanh lại làm xét nghiệm RT-PCR. Theo Giám đốc Trung tâm Y Học gia đình & Chăm sóc sức khỏe cộng đồng, Bệnh viện Đại học Y Hà Nội cho biết:

1. Những sai lầm xung quanh test COVID-19

1.1 Lạm dụng test nhanh gây lãng phí

Có người quá lo lắng, sốt ruột, mua cùng lúc nhiều kit xét nghiệm nhanh về để ngày nào cũng tự test.

Các chuyên gia khẳng định việc này không cần thiết và gây lãng phí bởi, sau khi tiếp xúc với F0 phải có thời gian nhất định để virus nhân lên, xét nghiệm ngay không có giá trị, ít nhất phải 3-4 ngày sau hãy test.

Nếu vừa tiếp xúc với nguồn lây hoặc ở giai đoạn ủ bệnh, bạn có thể đã nhiễm bệnh song tải lượng virus thấp... nếu test cũng không chính xác vì khả năng âm tính cao bởi virus chưa nhân lên đủ số lượng để phát hiện bằng test nhanh. Nếu bạn không có triệu chứng thì có thể **test vào ngày thứ 5 và ngày thứ 7 sau tiếp xúc F0**.

Trong trường hợp gia đình có người mang thai, người mắc bệnh lý nền, nếu lo lắng quá thì trước hết cần tuân thủ biện pháp 5K theo khuyến cáo của Bộ Y tế và đợi đến ngày thứ 4 mới nên test, nếu âm tính thì ngày thứ 7 test lại để hoàn toàn yên tâm.

Còn các trường hợp khác chỉ cần nên test khi có các biểu hiện nghi ngờ như: chảy nước mũi, ho, sốt, đau nhức mình mẩy...

1.2 Vạch đậm chứng tỏ bệnh nặng

Trên kết quả test, vạch mờ hay đậm không nói lên được bệnh nặng, nhẹ, nhiều hay ít virus như nhiều người suy diễn. Ngoài ra, khi có xét nghiệm test nhanh dương tính, bạn cũng không nhất thiết phải làm xét nghiệm RT-PCR khẳng định.

1.3 Kết quả test nhanh âm tính là khỏi bệnh

Nhiều bạn đọc thắc mắc vậy test nhanh âm tính là khỏi bệnh đúng không? Các chuyên gia cho rằng điều này không chính xác.

Test nhanh âm tính chỉ có nghĩa là nguy cơ lây thấp vì còn ít hoặc không còn virus ở đường hô hấp trên. Do đó vẫn phải tiếp tục theo dõi. Ví dụ ngày thứ 5 test nhanh âm tính thì không được chủ quan mà vẫn **phải theo dõi SpO2 đủ 10 ngày**.

Đặc biệt, F0 khi cách ly, điều trị tại nhà phải thực hiện tốt các các bước như:

- Khai báo y tế, thực hiện nghiêm 5K;
- Chấp hành nghiêm các quy định về thời gian cách ly y tế tại nhà;
- Không dùng chung đồ dùng, vật dụng cá nhân;
- Tự khử khuẩn nơi ở;
- Để riêng rác vào thùng có nắp đậy, loại bỏ rác thải riêng.

F0 cần chủ động theo dõi sức khỏe, triệu chứng sinh tồn (mạch, huyết áp (nếu có máy đo), nhịp thở, nhiệt độ, SpO2); các triệu chứng (mệt mỏi, ớn lạnh, ho, mất mùi, đỏ mắt, tiêu chảy)...

Khi phát hiện bất cứ một trong các dấu hiệu dưới đây, người bệnh cần phải báo cáo ngay với cơ sở quản lý người nhiễm COVID-19 tại nhà; trạm y tế xã, phường; hoặc trạm y tế lưu động, Trung tâm vận chuyển cấp cứu...

1. Khó thở, thở hụt hơi, hoặc ở trẻ em có dấu hiệu thở bất thường: thở rên, rút lõm lồng ngực, phập phồng cánh mũi, khò khè, thở rít thì hít vào.

2. Nhịp thở

+ Người lớn: nhịp thở ≥ 21 lần/phút.

+ Trẻ từ một đến dưới 5 tuổi: nhịp thở: ≥ 40 lần/phút.

+ Trẻ từ 5 đến dưới 12 tuổi: nhịp thở: ≥ 30 lần/phút.

Lưu ý ở trẻ em: đếm đủ nhịp thở trong một phút khi trẻ nằm yên không khóc.

3. SpO2 $\leq 95\%$ (nếu có thể đo), khi phát hiện bất thường đo lại lần 2 sau 30 giây đến một phút, khi đo yêu cầu giữ yên vị trí đo.

4. Mạch nhanh > 120 nhịp/phút hoặc dưới 50 lần/phút.

5. Huyết áp thấp: huyết áp tối đa < 90 mmHg, huyết áp tối thiểu < 60 mmHg (nếu có thể đo)

6. Đau tức ngực thường xuyên, cảm giác bó thắt ngực, đau tăng khi hít sâu.

7. Thay đổi ý thức: lú lẫn, ngủ rũ, lơ mơ, rất mệt/mệt lả, trẻ quấy khóc, li bì khó đánh thức, co giật.

8. Tím môi, tím đầu móng tay, móng chân, da xanh, môi nhợt, lạnh đầu ngón tay, ngón chân.

9. Không thể uống hoặc bú kém/giảm, ăn kém, nôn (ở trẻ em). Trẻ có biểu hiện hội chứng viêm đa hệ thống: sốt cao, đỏ mắt, môi đỏ, lưỡi dâu tây, ngón tay chân sưng phù nổi hồng ban...

10. Mắc thêm bệnh cấp tính: sốt xuất huyết, tay chân miệng...

11. Bất kỳ tình trạng bất ổn nào của người nhiễm COVID-19 mà thấy cần báo cơ sở y tế.

Người dân hãy nêu cao tinh thần phòng chống dịch bệnh Covid -19 tiếp tục thực hiện tốt thông điệp 5K + tiêm đủ Vắc xin của Bộ Y tế để bảo vệ sức khỏe và cứu sinh mạng./.

(Phát thanh ngày 02 lần)

Nơi nhận:

- Trung tâm Văn hóa – TT và Truyền thanh huyện;
- Phòng Dân số;
- Khoa KSBT-HIV/AIDS;
- Trạm y tế xã, thị trấn.

GIÁM ĐỐC

Hoàng Anh Tuấn