

5 biện pháp phòng, chống các bệnh lây truyền qua đường hô hấp



5 BIỆN PHÁP PHÒNG, CHỐNG CÁC BỆNH LÂY TRUYỀN QUA ĐƯỜNG HÔ HẤP

(Khuyến cáo cập nhật ngày 04/12/2023)

Tại Việt Nam, vào mùa Đông Xuân, thời tiết chuyển mùa thay đổi thất thường, nhu cầu giao thương, du lịch cuối năm tăng cao, là điều kiện thuận lợi cho các tác nhân gây bệnh truyền nhiễm, bệnh lây truyền qua đường hô hấp lây lan, nhất là ở nhóm có nguy cơ mắc bệnh cao như: trẻ em có sức đề kháng yếu, người cao tuổi, người có bệnh lý nền.

Để phòng, chống các bệnh lây truyền qua đường hô hấp, Bộ Y tế khuyến cáo người dân chủ động thực hiện 05 biện pháp phòng bệnh cá nhân sau:



1

Đeo khẩu trang tại các cơ sở y tế, trên các phương tiện công cộng và tại các địa điểm tập trung đông người.



2

Thường xuyên rửa tay bằng nước sạch, xà phòng hoặc dung dịch sát khuẩn tay; súc miệng, họng bằng nước súc miệng; tránh đưa tay lên mắt, mũi, miệng; che miệng và mũi khi ho hoặc hắt hơi.



3

Thực hiện tốt vệ sinh môi trường, vệ sinh cá nhân, giữ ấm cơ thể, tập luyện thể dục, thể thao, nâng cao thể trạng.



4

Thực hiện ăn chín, uống chín; đảm bảo an toàn thực phẩm trong giết mổ gia súc, gia cầm và chế biến các sản phẩm từ gia súc, gia cầm.



5

Tránh tiếp xúc với người có triệu chứng bệnh đường hô hấp như ho, sốt, khó thở...và khi có dấu hiệu mắc bệnh, cần đến ngay cơ sở y tế gần nhất để được tư vấn, khám và điều trị kịp thời.

