

Số: /SYT-NVY

An Giang, ngày tháng 11 năm 2021

V/v cập nhật hướng dẫn quản lý, theo dõi,  
chăm sóc, điều trị F0 tại nhà

Kính gửi: Trung tâm Y tế huyện, thị xã, thành phố

Căn cứ Quyết định số 4038/QĐ-BYT ngày 21/8/2021 của Bộ Y tế về việc ban hành “Hướng dẫn tạm thời về quản lý người nhiễm COVID-19 tại nhà”;

Căn cứ Quyết định số 4156/QĐ-BYT ngày 28/8/2021 của Bộ Y tế về việc ban hành Tài liệu Hướng dẫn Chăm sóc người nhiễm COVID-19 tại nhà;

Căn cứ Quyết định số 4019/QĐ-BYT ngày 26/8/2021 của Bộ Y tế về việc ban hành Danh mục thuốc điều trị ngoại trú cho người nhiễm COVID-19 tại nhà;

Căn cứ Quyết định số 4349/QĐ-BYT ngày 10/9/2021 của Bộ Y tế về việc hướng dẫn triển khai Tổ chăm sóc người nhiễm COVID-19 tại cộng đồng;

Căn cứ Kế hoạch số 3161/KH-SYT ngày 03/10/2021 của Sở Y tế về việc cách ly điều trị tại nhà các trường hợp F0 không triệu chứng trong phòng, chống dịch COVID-19 trên địa bàn tỉnh An Giang;

Sở Y tế cập nhật hướng dẫn quản lý, theo dõi, chăm sóc, điều trị người nhiễm COVID-19 (F0) tại nhà, với những nội dung sau đây: *(xin đính kèm)*.

Đề nghị Giám đốc Trung tâm Y tế huyện, thị xã, thành phố triển khai đến các Trạm Y tế; Tổ Chăm sóc người nhiễm COVID-19 cộng đồng tại xã, phường, thị trấn tổ chức thực hiện nhằm đảm bảo an toàn, hiệu quả trong chăm sóc, điều trị tại nhà cho người nhiễm COVID-19./.

**Nơi nhận:**

- Như trên;
- UBND tỉnh (để báo cáo);
- UBND huyện, thị xã, thành phố (để biết);
- BGĐ Sở Y tế;
- Lưu: VT, NVY.

**GIÁM ĐỐC**

**Trần Quang Hiền**

## HƯỚNG DẪN CHĂM SÓC SỨC KHỎE TẠI NHÀ CHO NGƯỜI F0

(Kèm theo Công văn số /SYT-NVY ngày /11/2021 của Sở Y tế)

**1. Đối tượng áp dụng:** người nhiễm COVID-19 (F0) mới là người có kết quả xét nghiệm dương tính bằng kỹ thuật RT-PCR hay test nhanh kháng nguyên, được phát hiện tại cộng đồng, đủ điều kiện cách ly tại nhà theo quy định.

### 2. Điều kiện cách ly người F0 tại nhà

#### 2.1 Tiêu chí lâm sàng:

- Không triệu chứng hoặc triệu chứng mức độ nhẹ (không suy hô hấp:  $SpO_2 \geq 96\%$  khi thở khí trời, nhịp thở  $\leq 20$  lần/phút).

- Không có các bệnh nền có nguy cơ cao được quy định tại Phụ lục 1, Quyết định số 3646/QĐ-BYT ngày 31/7/2021 của Bộ Y tế về việc ban hành Tiêu chí phân loại nguy cơ người nhiễm SARS-CoV-2.

#### 2.2 Khả năng người F0 tự chăm sóc

- Tự chăm sóc bản thân như ăn uống, tắm rửa, giặt quần áo, vệ sinh...

- Có khả năng liên lạc với nhân viên y tế để được theo dõi, giám sát và khi trong tình trạng cấp cứu. Có khả năng giao tiếp và sẵn có phương tiện liên lạc như điện thoại, máy tính,...

- Trường hợp F0 là người không tự chăm sóc cá nhân được thì trong gia đình phải có người cam kết luôn theo dõi người bệnh trong mọi tình huống, nhất là khi người nhiễm COVID-19 có dấu hiệu trở nặng.

**2.3 Điều kiện cơ sở vật chất:** có phòng riêng dành cho F0, có cửa sổ thông thoáng, có nhà vệ sinh riêng, có số điện thoại riêng, có sẵn số điện thoại của cơ sở y tế, số điện thoại của Tổ Chăm sóc người nhiễm COVID-19 tại cộng đồng hay Trạm Y tế địa phương để liên hệ khi cần thiết. Có bàn hoặc ghế cá nhân đặt trước cửa phòng cách ly để nhận thức ăn và các vật dụng cần thiết; có thùng rác cá nhân có nắp và túi rác đi kèm. Có sẵn dung dịch sát khuẩn tay và bề mặt, nước súc họng hoặc nước muối sinh lý 0,9%, khẩu trang y tế, nhiệt kế.

### 3. Các hoạt động chăm sóc sức khỏe cho F0 cách ly điều trị tại nhà

#### 3.1 Xác định và lập danh sách người F0 cách ly tại nhà trên địa bàn

- Xác định địa chỉ và tạo kết nối, liên lạc với người F0 cách ly tại nhà (qua điện thoại, mạng xã hội, gọi điện thoại có hình ảnh,...).

- Lập hồ sơ bệnh án, ghi chép quá trình theo dõi sức khỏe hằng ngày.

- Lập danh sách người F0 đang cách ly tại nhà trên địa bàn huyện, thị xã, thành phố; xã, phường, thị trấn.

#### 3.2 Hướng dẫn người F0 tự chăm sóc sức khỏe tại nhà

- Mang khẩu trang thường xuyên (trừ khi ăn uống, vệ sinh cá nhân,...); thay khẩu trang 02 lần/ngày hoặc khi cần; sát khuẩn tay bằng cồn trước khi bỏ khẩu trang.

- Thường xuyên sát khuẩn tay; khử khuẩn các vật dụng và bề mặt tiếp xúc như mặt bàn, tay nắm cửa, bồn cầu, lavabo,...

- Đo thân nhiệt, SpO<sub>2</sub> (nếu có) tối thiểu 02 lần/mỗi ngày hoặc khi cảm thấy có dấu hiệu sốt, khó thở. Khai báo y tế mỗi ngày ít nhất 01 lần hoặc khi có triệu chứng bất thường qua ứng dụng “Khai báo y tế điện tử” hoặc qua phiếu tự theo dõi sức khỏe (nhịp thở, thân nhiệt, SpO<sub>2</sub>).

- Nghỉ ngơi, vận động thể lực nhẹ (phù hợp với tình trạng sức khỏe); tập thở ít nhất 15 phút mỗi ngày; uống nước thường xuyên, không đợi đến lúc khát mới uống nước; không bỏ bữa ăn; tăng cường dinh dưỡng: ăn đầy đủ chất, ăn trái cây, uống nước hoa quả,... và suy nghĩ tích cực, duy trì tâm lý thoải mái.

- Có số điện thoại nhân viên y tế của Trạm Y tế, Tổ Chăm sóc người nhiễm COVID-19 cộng đồng tại các xã, phường, thị trấn để liên hệ khi cần tư vấn, hỗ trợ.

- Tất cả các thành viên ở cùng gia đình với người F0 phải khai báo sức khỏe qua phần mềm “Khai báo y tế điện tử” ít nhất 01 lần/ngày hoặc khi cần.

### ***3.3 Khám bệnh và theo dõi sức khỏe***

- Trạm Y tế và Tổ Chăm sóc người nhiễm COVID-19 cộng đồng quản lý danh sách các trường hợp F0 đang cách ly tại nhà trên địa bàn mình được phân công phụ trách (Trung tâm Y tế huyện, thị xã, thành phố căn cứ vào số lượng F0 mới phát hiện phân công cho các Trạm Y tế trên địa bàn xã, phường, thị trấn).

- Trạm Y tế và Tổ Chăm sóc người nhiễm COVID-19 cộng đồng tổ chức thăm khám, **phát ngay gói thuốc điều trị tại nhà** cho người F0 và theo dõi sức khỏe tại nhà, kịp thời phát hiện các trường hợp F0 có triệu chứng chuyển nặng, các F0 thuộc nhóm nguy cơ cao trên địa bàn để kịp thời đưa đến các cơ sở thu dung, điều trị COVID-19.

- Hướng dẫn người F0 khai báo tình hình sức khỏe mỗi ngày qua ứng dụng “khai báo y tế điện tử”, lập phiếu theo dõi sức khỏe, kịp thời phát hiện các trường hợp có triệu chứng nặng, liên hệ với cơ sở thu dung, điều trị COVID-19 trên địa bàn cấp cứu, chuyển viện kịp thời.

- Hướng dẫn người F0 liên hệ nhân viên y tế của Trạm Y tế, Tổ Chăm sóc người nhiễm COVID-19 cộng đồng tại các xã, phường, thị trấn.

- Cập nhật thông tin sức khỏe người F0 vào hồ sơ bệnh án hoặc vào hệ thống phần mềm quản lý, chăm sóc, điều trị người nhiễm COVID-19 (nếu có).

### ***3.4 Hướng dẫn sử dụng gói thuốc điều trị tại nhà***

- Các thuốc điều trị tại nhà bao gồm: Gói thuốc A: thuốc hạ sốt, thuốc nâng cao thể trạng (vitamin, chất dinh dưỡng vi lượng, các thuốc y học cổ

truyền,...); Gói thuốc B: thuốc kháng viêm, thuốc chống đông dạng uống; Gói thuốc C: thuốc kháng virus.

- Thuốc kháng viêm corticoid và thuốc chống đông dạng uống – Gói thuốc B: được bác sỹ chỉ định sử dụng khi người bệnh có triệu chứng sớm của suy hô hấp (khó thở, nhịp thở trên 20 lần/phút, SpO<sub>2</sub> < 95%). Thời gian dùng thuốc không quá 03 ngày, trong thời gian này người bệnh cần phải tiếp tục liên hệ bác sỹ để được hỗ trợ; tùy tình trạng sức khỏe của người bệnh, bác sỹ sẽ quyết định cho người bệnh có dùng tiếp thuốc này đủ 07 ngày hay không.

- Thuốc kháng virus dạng uống (Molnupiravir) - Gói thuốc C: cần được bác sỹ chỉ định sử dụng đối với các trường hợp F0 có triệu chứng nhẹ, không triệu chứng theo Chương trình sử dụng thuốc có kiểm soát trong cộng đồng cho người nhiễm COVID-19 tại An Giang của Bộ Y tế và phải được sự đồng ý, cam kết của của người F0.

### ***3.5 Xét nghiệm cho người F0 cách ly tại nhà***

- Lấy mẫu xét nghiệm tại nhà (test nhanh kháng nguyên hoặc RT-PCR) cho người F0 vào ngày thứ 14 để chuẩn bị kết thúc thời gian cách ly điều trị.

- Làm xét nghiệm cho người chăm sóc hoặc người ở cùng nhà với người nhiễm (test nhanh kháng nguyên hoặc RT-PCR) khi có triệu chứng nghi nhiễm COVID-19.

### ***3.6 Cấp cứu, chuyển viện người F0 cách ly tại nhà***

Hướng dẫn người F0 khi có dấu hiệu chuyển nặng như khó thở: biểu hiện bằng thở hụt hơi, thở nhanh trên 20 lần/phút, li bì, lừ đừ, tím môi, đầu tay chân, chỉ số SpO<sub>2</sub> < 95%....gọi ngay vào số điện thoại của Trạm Y tế, Tổ Chăm sóc người nhiễm COVID-19 cộng đồng tại địa phương để được hỗ trợ cấp cứu và chuyển viện đến cơ sở thu dung, điều trị COVID-19.

### ***3.7. Kết thúc thời gian cách ly, điều trị tại nhà***

- Hết thời gian cách ly điều trị tại nhà khi đáp ứng đủ các tiêu chuẩn theo phần VII theo Quyết định số 4689/QĐ-BYT ngày 06/10/2021 của Bộ Y tế về Hướng dẫn chẩn đoán và điều trị COVID-19.

- Sau khi hết thời gian cách ly điều trị tại nhà, người F0 cần ở lại nhà và tự theo dõi sức khỏe thêm 07 ngày trước khi có thể trở lại cuộc sống bình thường. Đo thân nhiệt 02 lần/ngày. Nếu thân nhiệt cao hơn 38°C ở hai lần đo liên tiếp hoặc có bất kỳ dấu hiệu bất thường nào cần báo ngay cho y tế cơ sở để thăm khám và xử trí kịp thời.

- Ban Chỉ đạo phòng chống dịch COVID-19 xã, phường, thị trấn cấp giấy xác nhận người F0 đã khỏi bệnh.

- Trạm Y tế xã, phường, thị trấn hoàn tất hồ sơ bệnh án và báo cáo về Trung tâm Y tế, Trung tâm Kiểm soát bệnh tật và Sở Y tế.

## HƯỚNG DẪN SỬ DỤNG

### CÁC GÓI THUỐC ĐIỀU TRỊ NGƯỜI NHIỄM COVID-19 TẠI NHÀ

(Dành cho người trên 18 tuổi)

Thuốc điều trị COVID-19 tại nhà gồm 03 gói thuốc: A, B, C

- **Gói thuốc A:** thuốc hạ sốt, thuốc nâng cao thể trạng (vitamin, chất dinh dưỡng vi lượng, các thuốc y học cổ truyền, dung dịch bù nước,...).
- **Gói thuốc B:** thuốc kháng viêm corticoid và thuốc chống đông dạng uống: chỉ được sử dụng khi có chỉ định của bác sỹ theo dõi.
- **Gói thuốc C:** thuốc kháng virus dạng uống Molnupiravir: chỉ được sử dụng khi có chỉ định của bác sỹ theo Chương trình sử dụng thuốc có kiểm soát cho người nhiễm COVID-19 của Bộ Y tế tại An Giang và phải được sự đồng ý của F0.

#### GÓI THUỐC A

- Thuốc thông dụng, cấp cho tất cả các F0 sử dụng (khi cần)
- Cấp dùng trong 07 ngày

##### 1. Paracetamol 500mg

Uống 1 viên khi sốt trên 38,5 độ C, có thể lặp lại mỗi 6 giờ

##### 2. Các loại vitamin (vitamin tổng hợp hay vitamin C, có thể kèm Kẽm)

Uống ngày 2 lần, mỗi lần 1 viên, sáng - chiều

##### 3. Dung dịch cân bằng điện giải

Gồm dung dịch Oresol hoặc các dung dịch bù điện giải khác

##### 4. Thuốc sát khuẩn hầu họng

Dung dịch Natri clorua 0,9% hoặc các thuốc sát khuẩn hầu họng khác

#### GÓI THUỐC B

- Thuốc sử dụng trong tình huống đặc biệt, được cấp khi có chỉ định của bác sỹ quản lý điều trị F0, theo quy định tại Quyết định số 4689/QĐ-BYT ngày 06/10/2021 của Bộ Y tế về Hướng dẫn chẩn đoán và điều trị COVID-19.

- Sử dụng khi người bệnh có triệu chứng sớm của suy hô hấp (khó thở, nhịp thở trên 20 lần/phút, SpO<sub>2</sub> < 95%). Thời gian dùng thuốc không quá 03 ngày, trong thời gian này người bệnh cần phải tiếp tục liên hệ bác sỹ để được hỗ trợ, theo dõi.

### **1. Dexamethasone 0,5mg**

Uống ngày 1 lần, sáng 12 viên sau ăn

### Hoặc **Methylprednisone 16mg**

Uống ngày 2 lần, sáng 1 viên, chiều 1 viên sau ăn

### Hoặc **Prednisone 5mg**

Uống ngày 1 lần, sáng 08 viên sau ăn

### **2. Rivaroxaban 10mg**

Uống ngày 1 lần, sáng 1 viên

### Hoặc **Apixaban 2,5mg**

Uống ngày 2 lần, sáng 1 viên, chiều 1 viên

## **GÓI THUỐC C**

- Thuốc được kiểm soát đặc biệt, chỉ cấp sử dụng khi có chỉ định của bác sỹ và phải được sự đồng ý, cam kết của F0 qua “Phiếu chấp thuận tham gia Chương trình sử dụng thuốc có kiểm soát cho người nhiễm COVID-19 trong cộng đồng của Bộ Y tế tại An Giang”.

- Thuốc được cấp phát ngày 02 lần: sáng 04 viên, chiều 04 viên cho F0 tại nhà (không phát 01 lượt cho 05 ngày sử dụng). Sử dụng 05 ngày liên tục.

- Ngưng sử dụng thuốc Molnupiravir khi cần phải sử dụng gói thuốc B.

- Thuốc sẽ được thu hồi thuốc trong trường hợp người bệnh không sử dụng hết hay vì bất cứ lý do gì; tránh làm thất thoát hoặc dùng sai mục đích sẽ là hành vi vi phạm pháp luật.

### **\* Molnupiravir 200mg**

Uống ngày 2 lần, sáng 800mg, chiều 800mg.

