



Yêu Cầu và Khuyến Nghị về COVID-19 dành cho Nhà Cung Cấp Dịch Vụ Chăm Sóc Trẻ Em



Ngày Có Hiệu Lực: CẬP NHẬT ngày 11 tháng 4 năm 2022

Phạm vi áp dụng

Tài liệu này áp dụng cho các nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc trẻ em (như được định nghĩa ở bên dưới) nhằm đưa ra những yêu cầu và khuyến nghị về sức khỏe và an toàn để hoạt động trong thời kỳ COVID-19. Vì hướng dẫn sau đây không yêu cầu nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc trẻ em thực hiện một hành động cụ thể nào, nên họ có thể chọn làm theo thông tin tư vấn hoặc cách thức tốt nhất. Nhà cung cấp cũng có thể cân nhắc sự công bằng trong y tế, mức độ lây nhiễm COVID-19 trong cộng đồng, tỷ lệ tiêm chủng trong chương trình cũng như điều kiện sức khỏe của trẻ em và nhân viên.

Định nghĩa

Để phục vụ cho các mục đích trong tài liệu này, các định nghĩa sau sẽ áp dụng:

- “Nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc trẻ em” bao gồm nhưng không giới hạn ở: dịch vụ chăm sóc trẻ đạt chứng nhận, chương trình chăm sóc trẻ em do tiểu ban chính trị hoặc cơ quan chính phủ điều hành để chăm sóc trẻ dưới 13 tuổi, chương trình được lưu vào hồ sơ, gia đình đã đăng ký và nhà cung cấp dịch vụ Chăm Sóc Trẻ Em Khẩn Cấp tạm thời chưa được cấp phép.
- “Dịch vụ chăm sóc trẻ đạt chứng nhận” nghĩa là chương trình có chứng nhận đang hoạt động, như được định nghĩa trong ORS 329A.250(2).
- “Chương trình được lưu vào hồ sơ” nghĩa là chương trình được ghi trong hồ sơ là đang hoạt động, cấp theo ORS 329A.255 hoặc 329A.257.
- “Nhà cung cấp dịch vụ gia đình đã đăng ký” nghĩa là chương trình đăng ký là đang hoạt động, như được định nghĩa trong ORS 329A.250(11).
- “Chương trình tại trường học” nghĩa là nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc trẻ em (như được định nghĩa ở trên), Trung Tâm Chăm Sóc Trẻ Em Đạt Chứng Nhận hoặc Chương Trình Được Lưu Vào Hồ Sơ phục vụ trẻ em hoặc học sinh tại hoặc trong các cơ sở trường học. Cơ sở trường học bao gồm trường công lập, tư thục, giáo khu, trường bán công hoặc chương trình giáo dục thay thế cung cấp giáo dục từ mẫu giáo đến lớp 12 hoặc tương đương.
 - Chương trình tại trường học không bao gồm Dịch vụ Chăm sóc Trẻ Em và Gia Đình Đạt Chứng Nhận hoặc Dịch vụ Chăm Sóc Trẻ Em và Gia Đình Đã Đăng Ký.

Yêu Cầu đối với Dịch Vụ Chăm Sóc Trẻ Em

Những phần sau đây là bắt buộc đối với tất cả các nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc trẻ em (như đã định nghĩa ở trên). Nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc trẻ em có thể chọn áp đặt các yêu cầu nghiêm ngặt hơn.

Thông Báo và Loại Trừ đối với COVID-19

Nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc trẻ em phải:

- Loại trừ khỏi chương trình bất kỳ trẻ em hoặc nhân viên nào nhiễm COVID-19 (bất kể tình trạng tiềm chủng) trong khoảng thời gian chỉ định theo quy tắc được Cơ quan Y tế Oregon thông qua trong OAR 333, Mục 19, tuân thủ các quy tắc được Cơ quan này thông qua.
 - Việc loại trừ khỏi chương trình phải trong thời gian xác định theo hướng dẫn hiện hành của Cơ Quan Y Tế Oregon. Để biết thêm thông tin, hãy tham khảo [Hướng Dẫn Cách Ly và Loại Trừ đối với COVID-19 dành cho Cơ sở Chăm sóc Trẻ em](#).
 - Khi quay trở lại cơ sở chăm sóc, cá nhân (nếu từ 2 tuổi trở lên) nên đeo khẩu trang vừa vặn thêm 5 ngày sau khi hoàn thành cách ly. Thời gian loại trừ có thể rút ngắn nếu cá nhân với các triệu chứng của COVID-19 có kết quả xét nghiệm âm tính. Các chương trình nên tham khảo ý kiến của Cơ Quan Y Tế Công Cộng Địa Phương để được hướng dẫn thêm.
- Thông báo ngay cho Cơ Quan Y Tế Công Cộng Địa Phương nếu có bất kỳ ai nhiễm COVID-19 trong cơ sở của chương trình.
- Thông báo càng sớm càng tốt cho tất cả các gia đình và cá nhân khác nếu có ca nhiễm COVID-19 tại cơ sở. Chương trình phải thông báo cho các gia đình về trường hợp tiếp xúc để họ theo dõi triệu chứng hoặc đi xét nghiệm. Chương trình không cần loại trừ cá nhân có tiếp xúc với người nhiễm COVID-19 trừ khi họ xuất hiện triệu chứng của bệnh.

Nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc trẻ em nên:

- Khuyến nghị trẻ hoặc nhân viên (bất kể tình trạng tiềm chủng) ở nhà nếu có các triệu chứng chính của COVID-19 (sốt, ớn lạnh, khó thở, bắt đầu ho hoặc mất vị giác hay khứu giác) hoặc về nhà nếu xuất hiện triệu chứng trong thời gian tại cơ sở chăm sóc trẻ em, và đi xét nghiệm.
 - Nếu trẻ hoặc nhân viên chỉ xuất hiện một triệu chứng COVID-19 chính (sốt, ớn lạnh, khó thở, bắt đầu ho hoặc mất vị giác hay khứu giác) và có kết quả xét nghiệm COVID-19 âm tính hoặc chưa xét nghiệm, họ có thể quay lại chương trình sau 24 giờ kể từ khi hết sốt và các triệu chứng đang cải thiện.
 - Nếu trẻ hoặc nhân viên có ít nhất 2 triệu chứng COVID-19 chính và chưa xét nghiệm, họ nên ở nhà trong 5 ngày và cho đến khi hết sốt được 24 giờ và các triệu chứng đang cải thiện.
 - Bắt đầu ho ngứa là một người chỉ mới có triệu chứng này. Ví dụ: không phải bệnh hen suyễn, dị ứng điển hình.
 - Sốt ngứa là 100,4 độ F trở lên mà không dùng thuốc hạ sốt.
- Việc loại trừ không bắt buộc đối với trường hợp có triệu chứng COVID phụ như đau họng, mệt mỏi, nhức đầu, nghẹt mũi, chảy nước mũi, đau nhức cơ hoặc cơ thể. Nếu triệu chứng kéo dài hơn một ngày, hãy cân nhắc tham khảo ý kiến của nhà cung cấp dịch vụ y tế hoặc đi xét nghiệm COVID-19.
- Nếu trẻ (ít nhất từ 2 tuổi trở lên) hoặc nhân viên đã tiếp xúc với COVID-19, họ nên đeo khẩu trang vừa vặn khi ở gần người khác trong 10 ngày sau khi tiếp xúc, đồng thời theo dõi các triệu chứng COVID-19. Trẻ hoặc nhân viên nên xét nghiệm nếu thấy có triệu chứng. Xét nghiệm có thể tiến hành 5 ngày sau khi tiếp xúc, bất kể triệu chứng là gì.

Tiêm chủng



Ban Học tập Sớm (Early Learning Division) và Cơ Quan Y Tế Oregon khuyến khích tất cả những người đủ điều kiện tiêm vắc-xin COVID-19 và liều nhắc lại. Để bảo vệ sức khỏe cho bản thân và cộng đồng, tốt nhất là bạn nên tiêm vắc-xin COVID-19 định kỳ. Tìm hiểu thêm về cách đăng ký tiêm chủng [tại đây](#).

Điều kiện tiêm bổ sung vắc-xin:

- Nếu một cá nhân từ 18 tuổi trở lên:
 - Đã tiêm hai (2) mũi vắc-xin COVID-19 liệu trình 2 liều (Moderna hoặc Pfizer) trong vòng 5 tháng qua; HOẶC
 - Đã tiêm một (1) mũi vắc-xin COVID-19 liệu trình 1 liều (Johnson & Johnson) trong vòng 2 tháng qua; HOẶC
 - Đã hoàn thành liệu trình vắc-xin COVID-19 1 hoặc 2 liều và tiêm mũi nhắc lại.
- Nếu cá nhân từ 5-17 tuổi và đã tiêm 2 mũi vắc-xin COVID-19 liệu trình 2 liều.

Yêu cầu tiêm chủng đối với dịch vụ chăm sóc trẻ em của chương trình tại trường học:

Các chương trình tại trường học (như mô tả ở trên) cần đảm bảo tất cả nhân viên và tình nguyện viên từ 16 tuổi trở lên mà tham gia chương trình đều tiêm vắc-xin COVID-19 định kỳ.

- Nhân viên và tình nguyện viên không được dạy, làm việc, học tập, hỗ trợ, giám sát hoặc tình nguyện tại một chương trình trừ khi họ tiêm vắc-xin COVID-19 định kỳ hoặc đã cung cấp giấy tờ miễn tiêm chủng vì lý do y tế hoặc tôn giáo.
- Yêu cầu này không áp dụng cho khách thăm ngắn hạn hoặc cá nhân giao hàng.

Nhân viên và tình nguyện viên phải cung cấp cho chương trình bằng chứng đã tiêm vắc-xin COVID-19 hoặc giấy tờ miễn tiêm chủng vì lý do y tế hoặc tôn giáo.

- Trường hợp miễn tiêm chủng vì lý do y tế phải bao gồm giấy tờ có chữ ký của nhà cung cấp dịch vụ y tế (không phải là cá nhân xin miễn), xác nhận rằng cá nhân đó gặp trở ngại về thể chất hoặc tinh thần, dẫn đến khả năng tiêm chủng COVID-19 của họ bị hạn chế. Giấy tờ y tế phải ghi chẩn đoán y tế cụ thể và cho biết tình trạng đó là tạm thời hay vĩnh viễn.
- Trường hợp miễn tiêm chủng vì lý do tôn giáo phải bao gồm mẫu đơn do Cơ Quan Y Tế Oregon quy định, có chữ ký của cá nhân, nêu rõ rằng họ xin miễn tiêm chủng COVID-19 trên cơ sở niềm tin tôn giáo chân thành, kèm theo bản tuyên bố mô tả cách yêu cầu tiêm chủng sẽ mâu thuẫn ra sao với việc tuân thủ, thực hành tôn giáo hoặc tín ngưỡng của cá nhân đó.

Kế Hoạch về Bệnh Truyền Nhiễm

Các nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc trẻ em phải:

Làm theo kế hoạch bằng văn bản về việc quản lý bệnh truyền nhiễm. Kế hoạch này tuân thủ các quy tắc do Cơ Quan Y Tế Oregon thông qua trong OAR 333, Mục 19 và bao gồm:

- Bản thảo thông báo cho [Cơ Quan Y Tế Công Cộng Địa Phương](#) (LPHA) về bất kỳ ca nhiễm COVID-19 được xác nhận ở trẻ em hoặc nhân viên.
- Bản thảo loại trừ cá nhân theo các quy tắc của Cơ Quan Y Tế Oregon trong OAR 333, Mục 19 (OAR 333-019-0010);
- Bản thảo chấm dứt các hoạt động của chương trình do COVID-19 hoặc do Cơ Quan Y Tế Oregon hoặc LPHA khuyến nghị;
- Bộ Phận Liên Hệ chỉ định về COVID-19 nhằm tạo điều kiện giao tiếp, duy trì hoạt động lành mạnh và trả lời các câu hỏi liên quan đến COVID-19 từ cơ quan y tế công cộng của tiểu bang và địa phương, cũng như cơ quan quản lý của tiểu bang hoặc địa phương, gia đình và nhân viên. Tất cả nhân viên và gia đình đều phải nhận được thông tin liên hệ của Bộ Phận Liên Hệ về COVID-19.

Chiến Lược Phòng Ngừa Được Khuyến Nghị

Chương trình chăm sóc trẻ em được khuyến nghị thực hiện những cách làm tốt nhất sau đây nhằm ngăn ngừa sự lây lan của COVID-19. Mỗi chương trình chăm sóc trẻ em đều phải xem xét các chính sách và cách làm để hỗ trợ tốt nhất cho sức khỏe thể chất và tinh thần của mọi trẻ em và nhân viên. Khả năng lây lan giảm dần khi mọi người nỗ lực triển khai các biện pháp làm giảm nhẹ.

Các chiến lược phòng ngừa tốt nhất:

- Tiêm chủng và tiêm nhắc lại đối với những người đủ điều kiện,
- Đeo khẩu trang (xem chi tiết bên dưới),
- Giữ khoảng cách và tạo nhóm ổn định,
- Thông gió và luồng không khí,
- Vệ sinh tay và đường hô hấp,
- Làm sạch, và
- Ở nhà nếu bị bệnh.

Cách Tốt Nhất để Xét Nghiệm

Cơ Quan Y Tế Oregon khuyến nghị các cá nhân nên đi xét nghiệm COVID-19 nếu xuất hiện triệu chứng hoặc có nguy cơ cao mắc COVID-19 nặng và đã tiếp xúc với người bệnh. Bạn nên xét nghiệm từ 3-5 ngày sau khi tiếp xúc. Để tìm vị trí xét nghiệm và biết thêm thông tin, hãy truy cập trang web này: <https://govstatus.egov.com/or-oha-covid-19-testing>.

Cách Tốt Nhất để Đeo Khẩu Trang

Tiểu bang không còn yêu cầu đeo khẩu trang tại các cơ sở chăm sóc trẻ em nữa. Những cá nhân và cộng đồng khi quyết định nên đeo khẩu trang hay không. Các chương trình cũng có thể thực hiện những yêu cầu riêng về khẩu trang. Ban Học Tập Sớm (ELD) và Cơ Quan Y Tế Oregon (OHA) khuyến khích các chương trình ủng hộ cá nhân đeo khẩu trang. ELD và OHA cùng Trung tâm Kiểm soát Dịch bệnh **đặc biệt khuyến nghị** tất cả mọi người từ 2 tuổi trở lên đeo khẩu trang trong nhà khi:

- Có **mức độ** lây lan COVID-19 cao trong cộng đồng
- Có **mức độ** lây lan COVID-19 trung bình và các cá nhân:
 - Chưa tiêm vắc-xin,
 - Bị suy giảm miễn dịch,
 - Khuyết tật,
 - Có bệnh nền làm tăng nguy cơ mắc COVID-19 nặng,
 - 65 tuổi trở lên,
 - Sống cùng những người có bệnh nền.
- Một số chương trình có thể chọn tiếp tục đeo khẩu trang ở mức độ lây lan COVID-19 thấp hơn trong cộng đồng, vì cách làm này sẽ thúc đẩy một môi trường hòa nhập và hỗ trợ cho trẻ em và nhân viên có nguy cơ cao mắc COVID-19 nặng.

Cá nhân từ 2 tuổi trở lên quay trở lại cơ sở chăm sóc sau khi cách ly vì COVID-19 nên đeo khẩu trang vừa vặn thêm 5 ngày khi hoàn thành cách ly.

Cách Tốt Nhất để Tạo Nhóm Ổn Định

1. Giữ người lớn và trẻ em ở cùng nhóm càng nhiều càng tốt.
2. Nhân viên và trẻ em ở các nhóm khác nhau nên giữ khoảng cách 3 ft nếu có thể.
3. Hạn chế tương tác với cá nhân từ các nhóm khác.

Cách Tốt Nhất để Ăn và Đủ Dinh Dưỡng

1. Tạo các nhóm nhỏ và ổn định về giờ ăn nếu có thể.
2. Cố gắng giữ khoảng cách 3 ft giữa các cá nhân trong khi ăn.
3. Giám sát chặt chẽ tất cả các bữa ăn, bao gồm cả bữa ăn cho trẻ sơ sinh và trẻ mới biết đi, nhằm ngăn trẻ dùng chung và/hoặc chạm vào thức ăn của nhau.
4. Trẻ em và nhân viên quay trở lại sau khi cách ly có thể dùng bữa với nhóm của mình và không cần ngồi tách ra nữa.

How to help your child wear a face covering

It's understandable that children may be afraid of wearing face coverings at first. Here are a few ideas to help make them seem less scary:

- Let your child pick out and decorate their own face covering.
- Try different styles to find one that's a comfortable fit.
- Put a face covering on a favorite stuffed animal or draw one on a favorite book character.
- Introduce the mask when everyone is relaxed and comfortable but not too sleepy.
- Practice wearing the face covering at home to help your child get used to it.
- Play some "let's pretend" games with characters that wear masks.
- Point out other people wearing masks while you're out.



Children under the age of two or who can't remove a face covering should not wear one.

For more information visit healthoregon.org/coronavirus or call 211



Cách Tốt Nhất để Thông Gió và Luồng Không Khí

Thông gió là cách chính để giảm sự lây lan của virus trong nhà và thúc đẩy một môi trường học tập lành mạnh. Không gian không khí trong nhà cần được xem xét đặc biệt vì yếu tố tiềm ẩn làm lây lan COVID-19 xuất phát từ sự tích tụ các hạt và sol khí nhỏ trong không khí thông qua hành động thở, nói, cười, la hét, ca hát, ho và hắt hơi. Ngoài ra, khi cải thiện chất lượng không khí trong nhà, trẻ em và nhân viên sẽ tham gia và tương tác tích cực hơn cũng như khỏe mạnh hơn, bao gồm cả giảm hen suyễn và dị ứng. Không những giảm thiểu khả năng lây lan bệnh truyền nhiễm, việc tối ưu hoá chất lượng không khí trong nhà còn mang lại nhiều lợi ích khác.

Cách cải thiện chất lượng không khí trong nhà:

1. Tăng cường lưu thông không khí từ bên ngoài càng nhiều càng tốt bằng cách mở cửa sổ và cửa ra vào, sử dụng quạt và các phương pháp khác. Xem [Cách thông gió cho không gian nhỏ của OHA đối với COVID-19](#) và [các khuyến nghị thông gió của CDC](#);
2. Đưa không khí từ trong nhà ra ngoài trời;
3. Làm sạch không khí trong nhà bằng các phương pháp lọc hiệu quả (ví dụ: bộ lọc HEPA) để loại bỏ các phần tử chứa virus khỏi không khí; và
4. Nếu có thể, đảm bảo hệ thống thông gió (ví dụ, HVAC) hoạt động bình thường

Tất cả các chiến lược thông gió phải bao gồm các biện pháp phòng ngừa về an toàn và sức khỏe, chẳng hạn như tránh mở quá nhiều cửa sổ, đặt các tấm chắn ở cửa sổ và nắp che trên quạt, hạn chế tiếp xúc với phấn hoa hoặc khói, đồng thời điều chỉnh bộ điều nhiệt để duy trì nhiệt độ dễ chịu.

Cách tốt nhất để Rửa Tay và Vệ Sinh Đường Hô Hấp

Rửa tay thường xuyên là một trong những cách tốt nhất để loại bỏ vi trùng, tránh bị bệnh và ngăn ngừa sự lây lan vi trùng sang người khác. Rửa tay còn giữ cho bạn khỏe mạnh và ngăn ngừa khả năng lây lan từ người này sang người khác các bệnh nhiễm trùng về đường hô hấp và tiêu chảy.

Vi trùng lây lan từ người khác hoặc bề mặt khi bạn:

- Chạm vào mắt, mũi và miệng bằng tay chưa rửa sạch.
- Chuẩn bị hoặc ăn thức ăn và đồ uống bằng tay chưa rửa sạch.
- Chạm vào bề mặt hoặc đồ vật bị nhiễm bẩn.
- Hỉ mũi, ho hoặc hắt hơi vào tay rồi chạm vào tay người khác hoặc các đồ vật thông thường.

Hãy khuyến khích và khuyến khích mọi người thường xuyên rửa tay hoặc sử dụng dung dịch sát khuẩn tay. Nhắc nhở trẻ em bằng bảng chỉ dẫn hình ảnh và bằng lời nói từ nhân viên về tính quan trọng của việc vệ sinh tay.

Nhắc nhở trẻ em (với bảng chỉ dẫn và lời nhắc nhở thường xuyên từ nhân viên) về tầm quan trọng của việc vệ sinh đường hô hấp. Việc vệ sinh đường hô hấp có nghĩa là dùng khuỷu tay hoặc khăn giấy che khi ho và hắt hơi. Hãy vứt khăn giấy vào thùng rác, sau đó rửa hoặc sát khuẩn tay ngay lập tức.

Cách Tốt Nhất để Di Chuyển

1. Loại trừ các cá nhân khỏi phương tiện di chuyển theo các yêu cầu loại trừ liệt kê ở trên.
2. Đảm bảo đưa trẻ bị ốm trong thời gian tham gia chương trình về nhà càng sớm càng tốt. Nếu chương trình chịu trách nhiệm đưa trẻ về nhà, em đó phải được tách riêng ra, đeo khẩu trang nếu từ 2 tuổi trở lên, cũng như (nếu có thể) giữ khoảng cách 6 ft với những trẻ khác trên xe.
3. Vệ sinh hàng ngày toàn bộ phương tiện vận chuyển, đặc biệt chú ý đến các bề mặt thường xuyên tiếp xúc như ghế ngồi, vô lăng, tay nắm cửa, tay vịn, lỗ thông gió và mặt trên của ghế. Các sản phẩm khử trùng đối với SARS-CoV-2 phải được EPA phê duyệt: <https://www.epa.gov/pesticide-registration/list-n-disinfectants-use-against-sars-cov-2-covid-19>. Ghế an toàn và dây đai an toàn trên ô tô phải được làm sạch bằng nước và chất tẩy rửa nhẹ. Các lỗ thông gió phải luôn mở để đưa không khí lưu thông ra bên ngoài. Nếu an toàn và thời tiết phù hợp, hãy mở hé cửa sổ để thông gió.

Cách Tốt Nhất để Hướng Dẫn, Đào Tạo và Truyền Thông về Sức Khỏe

Tất cả nhân viên và gia đình phải được hướng dẫn cách giữ gìn vệ sinh tốt và làm theo những cách ngăn ngừa lây lan COVID-19. Trong đó bao gồm các cách làm tốt nhất sau đây:

1. Đào tạo nhân viên và thông báo cho các gia đình về những biện pháp đảm bảo an toàn đối với COVID-19, cũng như hướng dẫn cách nhận biết các dấu hiệu và triệu chứng của COVID-19.
2. Đào tạo nhân viên để thực hiện các biện pháp đảm bảo an toàn mới nhất đối với COVID-19, hướng dẫn nhân viên mới trước ngày làm việc đầu tiên hoặc trong thời gian định hướng cho nhân viên.

Cách Tốt Nhất để Làm Sạch và Bảo Trì Công Trình Xây Dựng

** Lưu ý: Bạn cần phân biệt giữa bước làm sạch, sát khuẩn, khử trùng và Phương Pháp 3 Bước:*

1. LÀM SẠCH
2. RỬA SẠCH
3. SÁT KHUẨN hoặc KHỬ TRÙNG

**Làm sạch là bước loại bỏ bụi bẩn trên bề mặt bằng chất tẩy rửa hoặc xà phòng và nước rồi mới sát khuẩn hoặc khử trùng.*

**Sát khuẩn là bước giảm bớt số lượng vi trùng trên bề mặt nhưng không loại bỏ hoàn toàn. Dung dịch sát khuẩn giảm bớt lượng vi trùng khỏi bề mặt đến ngưỡng được xem là an toàn. Phương Pháp Sát Khuẩn 3 Bước thường dành cho bề mặt tiếp xúc với thực phẩm, nhà bếp và lớp học.*

**Khử trùng là bước tiêu diệt hoặc bất hoạt vi trùng và ngăn chúng phát triển. Các dung dịch khử trùng chịu sự quản lý của Cơ Quan Bảo Vệ Môi Trường Hoa Kỳ (EPA). Phương Pháp Khử Trùng 3 Bước thường dành cho dịch cơ thể và phòng tắm/khu vực quần tã.*

1. Sử dụng các sản phẩm khử trùng gia dụng được EPA phê duyệt để phòng chống SARS-CoV-2: <https://www.epa.gov/pesticide-registration/listn-disinfectants-use-against-sars-cov-2-covid-19>. Bạn cũng có thể dùng dung dịch tẩy gia dụng pha loãng cho một số bề mặt. Nếu sử dụng thuốc tẩy, hãy pha loãng thuốc tẩy mới hàng ngày; dán trên chai nhãn ghi dung tích và ngày pha.
2. Đối với trẻ em hoặc người lớn bị hen suyễn, hãy dùng các sản phẩm tẩy với số lượng ít hoặc khi không có trẻ em xung quanh. Sử dụng khăn lau hoặc thoa sản phẩm trực tiếp lên khăn ẩm, thay vì bình xịt.

3. Vận hành đúng cách hệ thống thông gió và/hoặc tăng cường lưu thông không khí ngoài trời càng nhiều càng tốt bằng cách mở cửa sổ và cửa ra vào, dùng quạt và các phương pháp khác. Hãy chạy liên tục hệ thống thông gió và thay đổi bộ lọc thường xuyên hơn. Không sử dụng quạt nếu chúng gây ra nguy cơ về an toàn hoặc sức khỏe, chẳng hạn như tăng khả năng tiếp xúc với phấn hoa/dị ứng hoặc làm trầm trọng thêm các triệu chứng hen suyễn.
Ví dụ: không sử dụng quạt nếu cửa ra vào và cửa sổ đang đóng và quạt đang lưu thông không khí
4. Sát khuẩn đồ chơi nếu bị bẩn và ít nhất hàng tuần. Làm sạch bộ đồ chơi nước sau mỗi lần sử dụng. Bạn có thể làm sạch đồ chơi bằng nước nóng và xà phòng/chất tẩy rửa trong máy giặt, máy rửa bát hoặc bằng tay. hong khô hoàn toàn đồ chơi trong máy sấy nóng nếu có thể. Không làm sạch đồ chơi cùng bát đĩa, đồ dùng bẩn, v.v..

Cách làm sạch đồ chơi bằng tay:

Bước 1: Rửa và chà kỹ đồ chơi bằng xà phòng hoặc chất tẩy rửa và nước ấm để loại bỏ hầu hết các chất bẩn, cặn bẩn và nước bọt. Bạn nên làm sạch đồ chơi trước khi sát khuẩn vì dung dịch sát khuẩn diệt vi trùng hiệu quả hơn trên bề mặt sạch.

Bước 2: Rửa đồ chơi bằng nước để loại bỏ bụi bẩn, cặn xà phòng và vi trùng sao cho bề mặt thật sạch.

Bước 3: Sát khuẩn đồ chơi. Bước sát khuẩn giúp giảm số lượng vi trùng trên các bề mặt đến ngưỡng được xem là an toàn. Nhúng đồ chơi vào dung dịch sát khuẩn hoặc xịt toàn bộ bề mặt của đồ chơi. Bảo vệ da của bạn bằng cách đeo găng tay cao su gia dụng. Để đồ chơi khô hoàn toàn (qua đêm) hoặc sau 2 phút rồi mới lau khô đồ chơi bằng khăn giấy. Khi dùng dung dịch tẩy để sát khuẩn, chất Clo từ dung dịch tẩy sát khuẩn sẽ bay hơi hoàn toàn khỏi đồ chơi nên không cần rửa lại.

Phải làm sạch nhiệt kế, núm vú giả, đồ chơi cho trẻ đang mọc răng và các đồ vật tương tự, đồng thời sát khuẩn những phần tái sử dụng sau mỗi lần dùng. Không nên sử dụng chung núm vú giả.

5. Hút bụi thảm, thảm trải mỗi ngày và khi bị bẩn vào lúc không có trẻ em xung quanh. Nếu bị nhiễm khuẩn, hãy khử trùng bằng chất tẩy rửa phù hợp để dùng trên
 - a. những bề mặt này.
6. Khử trùng ít nhất là hàng ngày, kể cả vào cuối ngày các bề mặt hay tiếp xúc, chẳng hạn như tay nắm cửa, công tắc đèn, mặt bếp không tiếp xúc với thực phẩm, tay cầm, bàn làm việc, điện thoại, bàn phím và nhà vệ sinh.
7. Khử trùng hàng ngày khu vực vệ sinh và thay tã bao gồm nhưng không giới hạn ở bồn rửa tay, mặt bếp, nhà vệ sinh, tay nắm cửa nhà vệ sinh, sàn nhà, thùng rác đựng tã và sàn phòng tắm. Đối với bàn thay tã, hãy khử trùng sau mỗi lần sử dụng.
8. Làm sạch và sát khuẩn bàn và ghế ăn dặm trước và sau mỗi lần sử dụng.
9. Làm sạch và sát khuẩn bề mặt chuẩn bị thức ăn, mặt bếp, dụng cụ ăn uống, đĩa và bồn rửa chuẩn bị thức ăn sau mỗi lần sử dụng. Bạn cũng nên sát khuẩn mặt bếp vào cuối ngày.
10. Sát khuẩn sàn bếp hàng ngày.
11. Làm sạch và sát khuẩn tủ lạnh hàng tháng.
12. Sát khuẩn bộ chăn ga gối đệm, khăn trải giường và quần áo bằng nước nóng, máy giặt và máy sấy khô ít nhất hàng tuần, và giữa các lần sử dụng. Đeo găng tay dùng một lần khi xử lý quần áo bẩn của người ốm. Bỏ tất cả các đồ chuẩn bị giặt vào túi rồi mới mang sang khu vực khác. Không giữ quần áo bẩn. Đồ bẩn từ người ốm có thể giặt chung với đồ của người khác.
13. Sử dụng màng bọc có thể lau chùi đối với các thiết bị điện tử, chẳng hạn như máy tính bảng, màn hình cảm ứng, bàn phím và điều khiển từ xa.
14. Đối với chương trình tại nhà: dọn sạch không gian sau mỗi lần thành viên gia đình và trẻ em sử dụng.

Nguồn Lực Bổ Sung

[Hiệp Hội Y Tá Trại – Mẫu Quản Lý Bệnh Truyền Nhiễm](#)

[Hướng Dẫn của CDC: Làm Sạch và Khử Trùng Cơ Sở Của Bạn](#)

[Quy Tắc Hành Chính Oregon của Cơ Quan Y Tế Oregon 333-019-0010 Các Hạn Chế Về Bệnh Tật Liên Quan Đến Trường Học, Cơ Sở Chăm Sóc Trẻ Em và Nơi Làm Việc](#)

[Quy Tắc Hành Chính Oregon của Cơ Quan Y Tế Oregon 333-019-1030 Yêu Cầu Tiêm Chủng đối với Giáo Viên và Nhân Viên Trường Học](#)

Quy Tắc Hành Chính Oregon của Cơ Quan Y Tế Oregon [333-019-1005](#) Yêu Cầu về An Toàn và Sức Khỏe Cộng Đồng đối với Nhà Cung Cấp Dịch Vụ Chăm Sóc Trẻ Em và Chương Trình Thanh Thiếu Niên

Khả năng tiếp cận tài liệu: Đối với cá nhân khuyết tật hoặc cá nhân nói ngôn ngữ không phải tiếng Anh, OHA có thể cung cấp thông tin ở các định dạng thay thế, chẳng hạn như bản dịch, bản in lớn hoặc chữ nổi Braille.

Liên hệ với Trung Tâm Thông Tin Y Tế theo số 1-971-673-2411, 711 TTY hoặc COVID19.LanguageAccess@dhsosha.state.or.us.

Hướng dẫn cách ly y tế và loại trừ dành cho cơ sở chăm sóc trẻ em

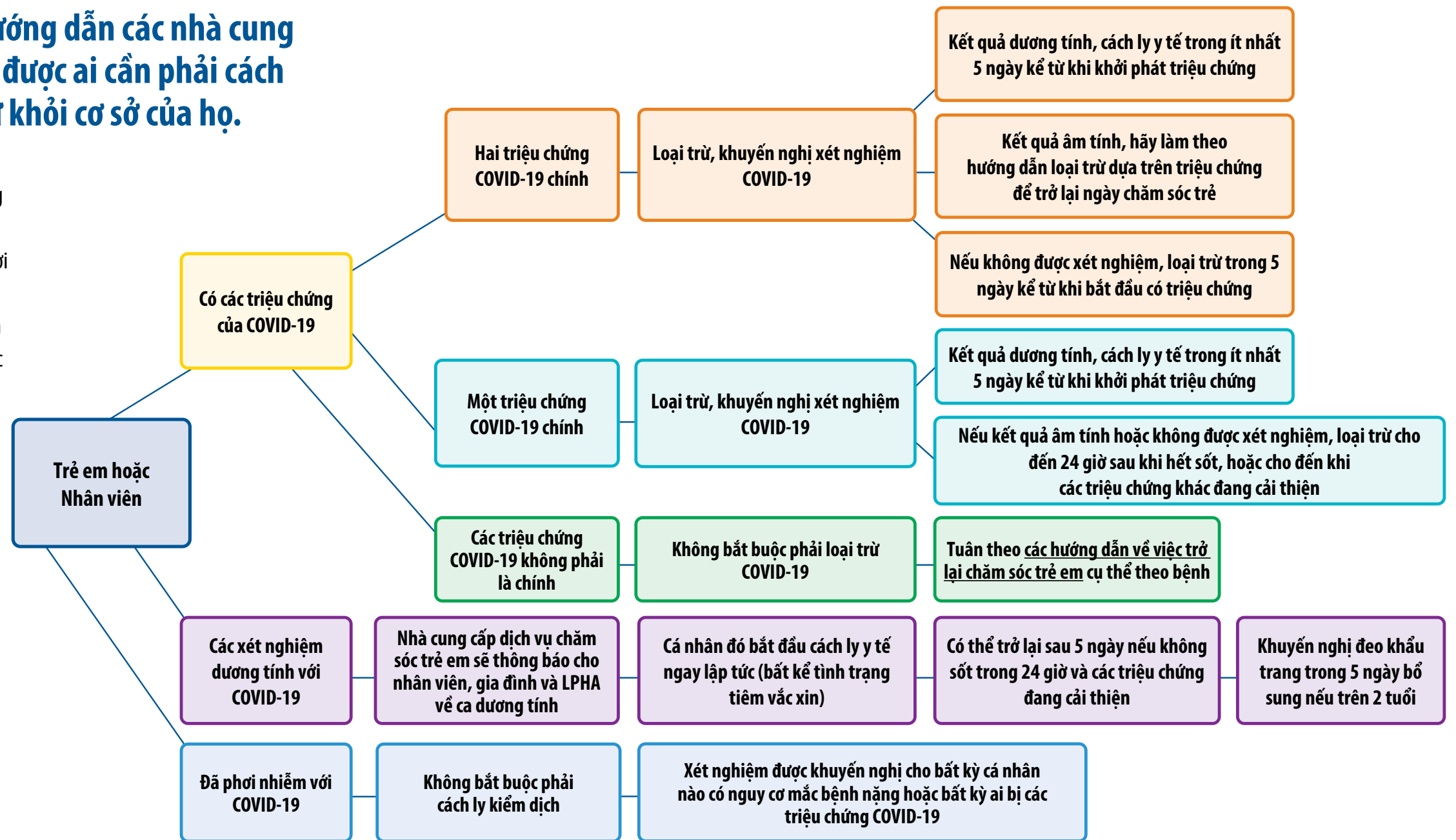
Cây quyết định này nhằm giúp hướng dẫn các nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc trẻ em hiểu được ai cần phải cách ly y tế hoặc cần phải được loại trừ khỏi cơ sở của họ.

Cách ly y tế là khoảng thời gian ít nhất 5 ngày đối với những người có kết quả xét nghiệm dương tính hoặc có hai triệu chứng chính sau khi bị phơi nhiễm với COVID-19. Những người từ 2 tuổi trở lên được khuyến nghị đeo khẩu trang thêm 5 ngày (ngày 6 đến hết ngày 10) sau khi kết thúc thời gian cách ly y tế 5 ngày. Một người cần phải tiếp tục cách ly y tế nếu các triệu chứng không cải thiện vào ngày thứ 5.

Loại trừ nghĩa là đưa trẻ hoặc nhân viên khỏi môi trường chăm sóc trẻ em nếu họ có các triệu chứng của bệnh truyền nhiễm.

Các triệu chứng COVID-19 chính là ho mới có (không điển hình, không liên quan đến một bệnh nền đã biết như là hen suyễn hoặc dị ứng), nhiệt độ từ 100.4°F trở lên, ớn lạnh, khó thở và mới bị mất vị giác hoặc mới bị mất khứu giác.

Các triệu chứng COVID-19 không phải chính là mệt mỏi, đau nhức cơ hoặc đau nhức cơ thể, đau đầu, đau họng, nghẹt mũi, chảy nước mũi, buồn nôn, nôn và tiêu chảy.



Thắc mắc? Vui lòng liên hệ ProviderContact@ode.oregon.gov hoặc [đường dây trợ giúp If You Test Positive](#) của Cơ quan Y tế Oregon