

Số Trường hợp Nhiễm và Đợt Bùng phát COVID-19 Tiếp tục có Xu hướng Tăng lên ở Khu Y tế Fairfax

Trong vài tuần gần đây, số trường hợp nhiễm và bùng phát COVID-19 đã gia tăng ở Quận Fairfax và trên khắp Bắc Virginia. **Một số khu vực trong khu vực đã chuyển đổi Cấp độ cộng đồng COVID-19 từ thấp sang trung bình, theo [định nghĩa của CDC](#), bao gồm Quận Fairfax và Thành phố Falls Church.** Thành phố Fairfax vẫn ở mức thấp.

Dịch bệnh bùng phát ở các trường học đã gia tăng nhanh chóng, nhất là ở các lớp tiểu học. **Tuần qua, có 74 lớp học cho biết số trường hợp nhiễm COVID-19 bùng phát và tuần này là 139.** Những con số này bao gồm các đợt bùng phát xảy ra ở trường công và cả trường tư, cũng như tại các nơi giữ trẻ. Một đợt bùng phát được định nghĩa là một nhóm gồm ba hoặc nhiều trường hợp mắc bệnh COVID-19 trong một nhóm, trong khoảng thời gian 14 ngày.

Sự gia tăng dịch bệnh có thể liên quan đến sự xuất hiện của các biến thể phụ mới Omicron (BA.2, BA.2.12.1) và ít người sử dụng các biện pháp phòng ngừa như đeo mặt nạ hoặc giữ khoảng cách với những người khác. Số trường hợp nhiễm vào nhà thương và tử vong do COVID-19 ở Quận Fairfax vẫn ở mức thấp mặc dù tỷ lệ vào nhà thương đã tăng hơn gấp đôi trong tháng qua.

Các phương pháp phòng ngừa như đeo khẩu trang vừa vặn, tránh xa những người khác, tránh những nơi đông đúc và cải thiện hệ thống thông gió đều vẫn có hiệu quả trong việc ngăn chặn sự lây lan của COVID-19. Tuy nhiên, do “sự mệt mỏi vì đại dịch” và sự miễn cưỡng đối với việc sử dụng các biện pháp này, hai chiến lược hiệu quả nhất để ngăn ngừa dịch bệnh và bùng phát là:

1. Nếu bạn bị bệnh với các triệu chứng có thể là COVID-19, hãy tránh xa những người khác và đi xét nghiệm; và
2. Bảo đảm rằng bạn cập nhật về việc tiêm chủng, bao gồm cả việc tiêm tất cả các liều bổ sung khi bạn đủ điều kiện. Cuối tuần trước, một phòng khám xét nghiệm COVID-19 đã được dựng lên tại một trường tiểu học có ổ dịch lớn. Tổng cộng 129 người đã được kiểm tra, khoảng một nửa trẻ em và một nửa thành viên gia đình. Trong số này, 22 người có kết quả xét nghiệm dương tính, và khi biết tình trạng của mình giúp họ cách ly và giảm nguy cơ lây bệnh cho người khác.

*Tiến sĩ Benjamin Schwartz, Giám đốc Dịch tễ học và Sức khỏe Dân số cho biết: “Xét nghiệm vẫn là một cách can thiệp quan trọng. “Càng biết nhiều, chúng ta càng có thể ngăn chặn sự lây lan. **Bất kỳ ai có kết quả xét nghiệm dương tính nên ở nhà và tránh xa những người khác trong năm ngày, và đeo khẩu trang năm ngày sau đó.**” ông nói.*

*“**Tất cả chúng ta đều muốn COVID-19 kết thúc; nhưng thật không may, chúng ta không thấy điều đó. Ngay cả khi bạn nghĩ rằng các triệu chứng của mình có thể là do dị ứng, việc đi xét nghiệm là rất quan trọng để bảo đảm nó không phải là COVID-19.** Chúng ta phải hành động để ngăn chặn dịch bệnh lây lan, giúp bản thân và gia đình cũng như bảo vệ những cư dân dễ bị lây bệnh nhất của chúng ta như: trẻ em dưới 5 tuổi chưa đủ điều kiện chích ngừa vắc xin, người lớn tuổi và những người mắc các bệnh lý làm tăng nguy cơ mắc COVID-19 nghiêm trọng.”*

Với các cuộc tụ họp trong mùa Xuân, gồm Ngày của Mẹ, các sự kiện thể thao, tốt nghiệp, đám cưới và du lịch, tất cả đều được khuyến khích tụ họp an toàn (tốt nhất là tụ họp ở ngoài trời) và lưu ý đến việc bị lây truyền COVID-19. Fairfax Health của Huyện đề nghị các điểm sau đây:

- Mọi người nên cập nhật vắc-xin của mình, bao gồm cả chích ngừa liều bổ sung và bất kỳ ai sống ở các khu vực có mức độ lây lan cộng đồng trung bình hoặc cao: ngay bây giờ, nên cân nhắc tiêm liều nhắc lại thứ hai.
- Vắc xin được chứng minh là an toàn và hiệu quả cao; bất kỳ ai chưa được chích ngừa và đủ điều kiện nên đi chích ngừa.
- Những người chọn khẩu trang để bảo vệ bản thân nên chọn loại vừa khít và có khả năng lọc các hạt COVID-19 tốt hơn; bao gồm mặt nạ N-95, KN-95 và KF-94.
- Bất kỳ ai có nguy cơ mắc bệnh cao nên nói chuyện với nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe của mình về việc đeo mặt nạ và các biện pháp phòng ngừa khác.
- Cân nhắc các cuộc tụ tập ngoài trời, giữ khoảng cách và ở nhà nếu bạn cảm thấy không khỏe.
- Tiếp tục theo dõi COVID-19 vì vi rút tiếp tục phát triển với các biến thể. Điều này sẽ xảy ra. Luôn theo dõi thông tin, thêm vào đó, việc chích ngừa, xét nghiệm khi có triệu chứng, ở nhà khi bị bệnh và tuân theo các khuyến nghị điều trị của nhà cung cấp dịch vụ của bạn, là những điều quan trọng khi vi rút tiếp tục thay đổi.