

Cập nhật Hướng dẫn Du lịch và Thử nghiệm COVID-19 kịp cho việc lên kế hoạch nghỉ Lễ

Khi tất cả chúng ta đã sẵn sàng để tận hưởng kỳ nghỉ lễ, chúng ta cần xem xét cách chúng ta có thể bảo đảm thời gian chúng ta dành cho gia đình, bạn bè và giữ tốt nhất cho mọi người an toàn và khỏe mạnh. Các trường hợp nhiễm COVID-19 đang gia tăng và có một biến thể mới, Omicron, đã được tìm thấy ở một số vùng của đất nước. **Tại thời điểm này, chúng ta vẫn chưa xác định được Omicron tại đây nhưng số ca nhiễm COVID-19 đang tăng lên và khu vực Bắc Virginia đã quay trở lại mức độ lây truyền cao trong tuần này.**

Với việc nhiều người lên kế hoạch đi du lịch vào dịp lễ, điều quan trọng là phải biết **hướng dẫn mới của Trung tâm Kiểm soát và Phòng ngừa Dịch bệnh (CDC) liên quan đến việc Du lịch và xét nghiệm COVID-19** và các việc bạn có thể thực hiện để giữ an toàn.

Ở những khu vực lây truyền COVID-19 cao và có nguy cơ mắc bệnh Omicron, điều quan trọng là phải sử dụng tất cả các cách và công cụ phòng ngừa mà chúng ta có sẵn. Thường xuyên rửa tay, che miệng khi ho và hắt hơi, đeo khẩu trang đúng cách khi ở trong nhà, giữ khoảng cách và tránh đám đông cũng như không gian thông gió kém vẫn là những cách giảm thiểu chính để giảm nguy cơ mắc bệnh cho bạn và người khác.

Đây cũng là thời điểm để tiêm vắc-xin COVID hoặc thuốc tăng cường nếu bạn chưa làm như vậy. Chích vắc xin trước khi bạn bắt đầu gặp gỡ gia đình và bạn bè. Vẫn còn thời gian để tiêm hai loại vắc xin trước cuối năm nay. Ngay cả sau khi thực hiện tất cả các bước phòng ngừa quan trọng này, điều quan trọng nhất cần nhớ là nếu bạn có bất kỳ triệu chứng bệnh đường hô hấp nào, cho dù chúng có vẻ nhẹ đến mức nào, hãy ở nhà, ngay cả khi điều đó có nghĩa là bỏ qua một số cuộc họp mặt trong kỳ nghỉ năm nay, để tránh có khả năng làm cho người khác tiếp xúc với vi rút.

Nếu bạn có bất kỳ triệu chứng nào hoặc tiếp xúc với người bị nghi ngờ hoặc đã được xác nhận là COVID-19, hãy đi xét nghiệm bất kể tình trạng tiêm chủng của bạn. Kiểm tra là một việc quan trọng để giúp giảm sự lây lan của vi-rút gây ra COVID-19.

Yêu cầu về Du lịch Quốc tế

Yêu cầu đi lại quốc tế gần đây đã thay đổi. Kể từ ngày 6 tháng 12, 2021, tất cả hành khách đi máy bay, bất kể tình trạng tiêm chủng, phải có kết quả xét nghiệm COVID-19 âm tính, được thực hiện không quá 1 ngày (24 giờ) trước khi đến Hoa Kỳ. Hướng dẫn du lịch, cho cả du lịch quốc tế và nội địa, [có sẵn từ CDC](#).

Kiểm tra trước khi thu thập

Xét nghiệm có sẵn rộng rãi trên toàn Quận Fairfax từ các hiệu thuốc bán lẻ, cửa hàng tạp hóa, nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe và Sở Y tế Quận Fairfax. Bộ Y tế

Virginia (VDH) cung cấp một [công cụ tìm kiếm trực tuyến](#) để giúp bạn tìm các cơ hội xét nghiệm gần bạn.

Ngoài ra, có thể tự kiểm tra ở nhà. Chúng dễ sử dụng và có kết quả nhanh chóng. Trên thực tế, **trong tuần này, CDC cũng đã thông báo rằng mọi người nên cân nhắc sử dụng việc tự xét nghiệm trước khi tham gia các cuộc tụ họp trong nhà với những người khác không ở chung nhà của bạn.** Điều này đặc biệt quan trọng trước khi tụ tập với [trẻ em chưa được chủng ngừa](#), [những người lớn tuổi](#), những người bị [suy giảm miễn dịch](#) hoặc những người có [nguy cơ mắc bệnh nặng](#).

Nếu bạn sử dụng phương pháp tự kiểm tra, đây là một số điều quan trọng cần lưu ý:

- Đảm bảo sử dụng [thử nghiệm được FDA cho phép](#) và làm theo hướng dẫn của nhà sản xuất.
- Kết quả tự xét nghiệm dương tính có nghĩa là xét nghiệm đã phát hiện ra vi-rút COVID-19 và rất có thể bạn đã bị nhiễm trùng. Bạn nên ở nhà (hoặc cách ly) trong 10 ngày, đeo khẩu trang và thông báo cho những người thân cận của bạn rằng họ có thể đã bị nhiễm. Bạn cũng nên nói chuyện với nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe về kết quả của mình.
- Kết quả tự xét nghiệm âm tính có nghĩa là xét nghiệm không phát hiện ra vi-rút và bạn có thể không bị nhiễm trùng, nhưng không loại trừ là hoàn toàn không nhiễm trùng. Lặp lại xét nghiệm một vài ngày sau đó, với ít nhất 24 giờ giữa các lần xét nghiệm, sẽ làm tăng khả năng bạn không bị nhiễm bệnh. Thông tin thêm về tự kiểm tra có sẵn trên [trang web của CDC](#).

VDH và hệ thống Thư viện Quận Fairfax đã nhận được **10,000 bộ dụng cụ xét nghiệm Binax** trong tuần này và đang phổ biến chúng, theo yêu cầu, cho những cư dân cần xét nghiệm.

Để biết thêm thông tin về những việc cần làm sau khi bạn đã kiểm tra và hướng dẫn bổ sung, vui lòng truy cập [trang web của VDH](#).