

Sự Gia tăng các Trường hợp COVID-19 Thúc giục Y tế Quận Fairfax Nhắc nhở Tiếp tục Cảnh giác

Trong hai tuần qua tại Fairfax Health District, số ca nhiễm COVID-19 đã tăng 62% và kể từ mức thấp nhất vào ngày 21 tháng 3, số ca mắc hàng ngày đã tăng gấp ba lần. Mặc dù không cao bằng mức đỉnh trong các trường hợp đã thấy vào tháng Giêng, nhưng sự thay đổi này là đáng lo ngại. Chỉ trong tuần qua, đã có 15 đợt bùng phát mới (nhóm từ ba ca bệnh liên quan trở lên) được báo cáo trong Quận với 12 vụ xảy ra tại các trường học và nhà trẻ. Bất chấp sự gia tăng số ca này, may mắn thay, số ca nhập viện tiếp tục ở mức thấp, và mức độ cộng đồng vẫn ở “mức thấp.”

Biến thể BA.2 hiện đang gây ra hầu hết các trường hợp nhiễm COVID-19 ở Hoa Kỳ. Mặc dù không có bằng chứng cho thấy BA.2 gây ra bệnh nặng hơn so với các biến thể khác, nhưng nó dễ lây lan hơn thể hiện qua sự gia tăng các ca bệnh và bùng phát trong những tuần gần đây. Ngoài ra, vi rút gây ra COVID-19 tiếp tục đột biến với BA.2.12 phụ biến được xác định đầu tiên ở bang New York và hiện đã được phát hiện trên toàn quốc.

Người dân được khuyến khích duy trì cảnh giác để bảo vệ mình khỏi bệnh tật và ngăn chặn sự lây truyền vi rút. Nhân viên y tế đơn đốc các bước sau:

Suy nghĩ đến rủi ro của bạn và rủi ro của những người khác xung quanh bạn. Tất cả chúng ta đều đưa ra quyết định về việc có nên chủng ngừa, đeo khẩu trang hay thay đổi hoạt động của mình hay không dựa trên những gì chúng ta coi là nguy cơ mắc COVID-19 của chính chúng ta, nguy cơ đối với những người thân yêu của chúng ta và cộng đồng của chúng ta. Với số lượng trường hợp COVID-19 gia tăng trở lại, đây là một số câu hỏi để tự hỏi bản thân:

- Bạn đã ngừng tiêm chủng chưa?
- Bạn đã được chẩn đoán mắc một [tình trạng y tế mới làm tăng nguy cơ mắc COVID-19 chưa? Bạn đã bắt đầu một loại thuốc mới làm giảm khả năng miễn dịch của bạn? Hay bạn đã có thai?](#)
- Cha mẹ già hoặc người thân khác đã chuyển đến sống với bạn hay có người nào đó mà bạn đang chăm sóc?
- Có ai trong gia đình bạn được xác định mắc bệnh mới, bắt đầu dùng thuốc làm giảm khả năng miễn dịch của họ hoặc đã mang thai không?
- Bạn có em bé mới hoặc con bạn mới bắt đầu đi nhà trẻ hoặc đi học, hoặc sẽ đi cắm trại vào mùa hè này?

Nếu câu trả lời của bạn cho bất kỳ câu hỏi nào trong số này về những thay đổi trong cuộc sống là “Có,” vui lòng cân nhắc việc chủng ngừa hoặc tiêm liều nhắc lại vắc-xin chống lại COVID-19 cho chính bạn và những người trong gia đình bạn. Có những trường hợp một số người được tiêm chủng bị bệnh COVID, nhưng bệnh sẽ nhẹ hơn và họ sẽ giảm cơ hội nhập viện. Cân nhắc đeo khẩu trang khi ở trong nhà, tránh đám đông và thực hiện các biện pháp phòng ngừa khác để giữ an toàn hơn cho bản thân và những người thân yêu của bạn.

Mặc dù mặt nạ không còn được yêu cầu trong hầu hết các nơi, nhưng bạn có thể tiếp tục đeo mặt nạ bất cứ lúc nào bạn ở trong nhà hoặc trong đám đông. Cân nhắc rủi ro của bạn và những người bạn dành thời gian cho và chọn mặt nạ có khả năng bảo vệ và phù hợp nhất (ví dụ: N95, KN95 và KF94). Những người có các triệu chứng COVID-19, xét nghiệm dương tính hoặc gần đây tiếp xúc với người mắc COVID-19 nên tiếp tục [cách ly](#), đeo khẩu trang [và thực hiện các biện pháp phòng ngừa này](#).

Xây dựng tư thế chuẩn bị sẵn sàng. Bảo đảm [luôn cập nhật](#) về thuốc tăng cường và tiêm chủng khi đủ điều kiện. Vắc xin được chứng minh là có độ an toàn cao và hiệu quả trong việc ngăn ngừa bệnh tật nghiêm trọng. Bất kỳ ai từ 5 tuổi trở lên sống ở Virginia vẫn đủ điều kiện nhận vắc-xin COVID-19, loại vắc-xin này được cung cấp rộng rãi và miễn phí tại các phòng khám của Quận Fairfax. Liều nhắc lại đầu tiên được khuyến nghị cho tất cả mọi người từ 12 tuổi trở lên đã tiêm vắc xin ban đầu loạt chính cách đây năm tháng hoặc hơn. Liều tăng cường thứ hai với vắc xin mRNA có sẵn cho những người từ 50 tuổi trở lên và một số người bị suy giảm miễn dịch ít nhất bốn tháng sau liều tăng cường đầu tiên của họ. Thông tin thêm về mũi nhắc lại có thể được tìm thấy [tại đây](#). Cuối cùng, hãy bảo đảm đi xét nghiệm nếu bạn có các triệu chứng.

Luôn cập nhật. Tiếp tục tìm kiếm thông tin cập nhật từ Sở Y tế Quận Fairfax và các cơ quan y tế công cộng khác. Giám sát [Mức độ Cộng đồng COVID-19](#) trong Khu Y tế Fairfax hoặc/và nơi bạn có thể đến thăm. Thực hiện các biện pháp phòng ngừa bổ sung nếu bạn thấy mức độ gia tăng trong cộng đồng, đặc biệt nếu bạn có nguy cơ cao mắc bệnh.

Hãy dành thời gian để bắt kịp các dịch vụ chăm sóc sức khỏe. Bây giờ là lúc để bắt kịp các dịch vụ chăm sóc sức khỏe khác giúp giữ gìn sức khỏe cho bạn và các thành viên trong gia đình. Lên lịch các cuộc hẹn có thể đã bị hoãn lại, chẳng hạn như thăm khám nha sĩ, kiểm tra ung thư hoặc chủng ngừa ở trẻ em.

Giữ gìn an toàn. Mặc dù chúng tôi đã đạt được nhiều tiến bộ, nhưng chúng ta vẫn cần thực hiện các bước để giữ an toàn cho bản thân và cộng đồng của chúng ta. Ngoài các bước trên, chúng ta có thể ngăn chặn sự lây lan của COVID-19 và các bệnh khác, bằng cách:

- Tránh đám đông và không gian thông gió kém
- Ở nhà khi bạn bị bệnh
- Đi xét nghiệm khi bạn có các triệu chứng; đặt bộ kiểm tra tại nhà miễn phí tại [đây](#)
- Thông báo cho các người liên hệ với bạn nếu bạn có COVID-19
- Che miệng khi ho và hắt hơi
- Rửa tay thường xuyên