



Phòng chống và Kiểm soát Bệnh Truyền Nhiễm
150 West Tasman Drive, Suite 1A
San Jose, California 95134
(Điện thoại) 408.885.4214
(Fax) 408.885.4249

THÔNG BÁO PHƠI NHIỄM: NÔN MỬA VÀ TIÊU CHẢY

Ngày ban hành: _____

Kính gửi Phụ huynh, Người giám hộ Hợp pháp, hoặc Nhân viên,

Các học sinh và nhân viên gần đây có thể đã bị phơi nhiễm với vi trùng gây **nôn mửa/tiêu chảy**. Chúng tôi cung cấp những thông tin dưới đây để quý vị biết được các bước quý vị có thể thực hiện để bảo vệ bản thân và những người khác. Thông tin này không thể thay thế việc tham khảo với bác sĩ của quý vị nếu quý vị mắc bệnh. ***Nếu quý vị hoặc con em của quý vị có các triệu chứng nghiêm trọng và/hoặc các triệu chứng không cải thiện, xin vui lòng tìm kiếm cách chẩn đoán và điều trị từ một nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe càng sớm càng tốt.***

NÔN MỬA/TIÊU CHẢY: Các triệu chứng thường gây ra bởi vi khuẩn hoặc vi rút, chẳng hạn như norovirus, adenovirus, sapoviruses, hoặc astrovirus. Norovirus là nguyên nhân phổ biến nhất và rất dễ bị lây lan. Mặc dù đôi khi còn được gọi là “cúm dạ dày”, căn bệnh này không liên quan đến bệnh cúm.

Các triệu chứng là gì? Nôn mửa, tiêu chảy, đau bụng, không muốn ăn, nhức đầu, và/hoặc sốt.

Bệnh lây lan như thế nào? Ăn hoặc uống thực phẩm hoặc nước bị ô nhiễm, chạm vào bề mặt hoặc đồ vật bị nhiễm vi khuẩn hoặc vi rút. Tiếp xúc trực tiếp với người bị nhiễm vi khuẩn hoặc vi rút, chẳng hạn như chăm sóc họ hoặc dùng chung thức ăn/đồ dùng với họ.

Khi nào thì các triệu chứng bắt đầu? 1 đến 2 ngày sau khi tiếp xúc với vi rút hoặc vi khuẩn.

Nhân viên hoặc trẻ em có cần ở nhà nếu các triệu chứng phát triển hay không? Có.

Khi nào thì nhân viên hoặc trẻ em có thể trở lại làm việc, trường học, hoặc nhà chăm sóc trẻ? Trẻ em hoặc nhân viên có thể quay lại sau 48 tiếng đồng hồ khi các triệu chứng đã hết mà không cần phải dùng thuốc và đáp ứng các tiêu chí tái nhập học của trường học hoặc nhà chăm sóc trẻ.

Sự lây lan của tình trạng nôn mửa và tiêu chảy có thể được ngăn chặn bằng cách thực hiện các bước sau đây:

- Thường xuyên rửa tay, trước và sau khi ăn và khi chuẩn bị thức ăn, và sau khi đi vệ sinh. Dùng xà phòng và nước để rửa tay. Thuốc khử trùng tay không có hiệu quả chống lại nhiều loại vi rút này.
- Làm sạch và khử trùng kỹ lưỡng các bề mặt bị ô nhiễm ngay sau một đợt nôn mửa hoặc tiêu chảy bằng cách sử dụng dung dịch bao gồm một cốc (cup) thuốc tẩy clopha với 1 gallon nước.
- Giặt các đồ bẩn bằng máy với thuốc tẩy rửa và nước nóng ở chu trình mạnh tối đa và sấy khô ở nhiệt độ cao nhất.

Để biết thêm thông tin, vui lòng truy cập [cdc.gov/norovirus/](https://www.cdc.gov/norovirus/).

HƯỚNG DẪN CÁCH LAU CHÙI

Ngăn ngừa nôn mửa và tiêu chảy bằng cách lau chùi và khử trùng.

Lau chùi

Bỏ chất nôn hoặc phân ngay lập tức.

- Mặc quần áo bảo hộ như găng tay, tạp dề hoặc khẩu trang.
- Đối với thảm hoặc vải bọc, hãy dùng baking soda hoặc các vật liệu thấm hút nước khác để hút chất lỏng.
- Đừng hút bụi. Lau chùi mọi thứ bằng khăn giấy.
- Vứt bỏ bất kỳ thực phẩm nào có thể đã bị ô nhiễm.

Dùng nước xà phòng để rửa các bề mặt đã tiếp xúc với chất nôn mửa hoặc tiêu chảy.

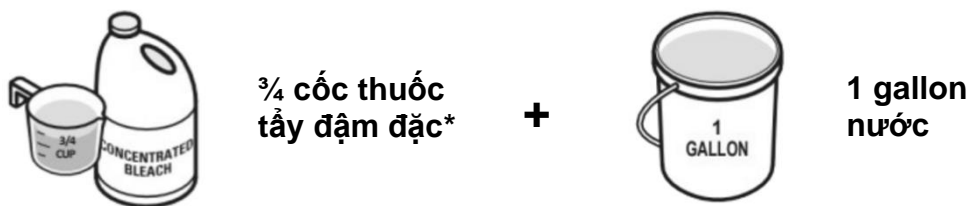
- Làm sạch tất cả các bề mặt gần đó thường xuyên chạm vào như tay nắm cửa và tay gạt bồn cầu.
- Rửa kỹ bằng nước thường và lau khô bằng khăn giấy.
- Làm sạch bằng hơi nước có thể cần thiết cho thảm và vải bọc.

Giặt máy và sấy khô quần áo bị ảnh hưởng.

- Dùng nước nóng, thuốc tẩy và xà bông giặt. Chạy máy ở mức độ lâu nhất.

Khử trùng

Đối với bề mặt cứng, chuẩn bị dung dịch tẩy chlorine.



**Nếu sử dụng thuốc tẩy ở cường độ thông thường (5.25%), tăng lượng thuốc tẩy lên một cốc.*

Để bề mặt ướt ít nhất 5 phút. Rửa sạch tất cả các bề mặt dành cho thực phẩm hoặc miệng tiếp xúc với nước trước khi sử dụng.