

Hướng dẫn Giai đoạn Hai
Coronavirus 2019 (COVID-19): Hướng dẫn dành cho các Cơ sở
Cư trú Cộng đồng và Cơ sở Hỗ trợ Sinh hoạt

Tài liệu này cung cấp hướng dẫn mở cửa trở lại cho các cơ sở hỗ trợ sinh hoạt và các cơ sở cư trú cộng đồng (CRF) dành cho người già và người khuyết tật (Chương 34), bị thiếu năng trí tuệ (Chương 35) hoặc được chẩn đoán về sức khỏe tâm thần (CRF Sức khỏe Tâm thần). Hướng dẫn này **không** dành cho các cơ sở chăm sóc trung gian, nhà dưỡng lão hoặc cơ sở trợ giúp sinh hoạt. Để biết hướng dẫn về các cơ sở khác, vui lòng truy cập [coronavirus.dc.gov](https://www.coronavirus.dc.gov).

MỌI BIỆN PHÁP PHÒNG NGỪA CHO NGƯỜI DÂN SỐNG TRONG CRF hoặc CÁC CƠ SỞ HỖ TRỢ SINH HOẠT

- **Ở nhà nếu quý vị cảm thấy không khỏe** hoặc gần đây đã tiếp xúc với người mắc COVID-19.
 - Điều này có nghĩa là không đi làm và cách ly kiểm dịch bản thân khỏi những người khác tại nhà.
 - Đồng thời thông báo cho nhân viên chăm sóc trực tiếp của quý vị¹.
- **Thực hiện giãn cách xã hội.** Giữ khoảng cách sáu (6) feet giữa quý vị và những người khác không trong gia đình mình.
- **Nên đeo đồ che mặt bằng vải hoặc khẩu trang** khi đi ra ngoài nơi công cộng. Đồ che mặt bằng vải không phải là giải pháp thay thế cho việc giãn cách thân thể.
- **Vệ sinh tay** thường xuyên (bằng xà phòng và nước hoặc nước rửa tay diệt khuẩn gốc cồn).

NHỮNG ĐIỀU CẦN CÂN NHẮC VỀ CÁC BUỔI ĐI CHƠI CỘNG ĐỒNG DÀNH CHO NGƯỜI DÂN SỐNG TRONG CRF hoặc CÁC CƠ SỞ HỖ TRỢ SINH HOẠT

- **Trước khi tham gia các buổi đi chơi cộng đồng**, những người sống trong CRF nên làm việc với nhóm hỗ trợ và nhóm liên ngành của họ để xây dựng một kế hoạch tập trung vào con người để giảm thiểu rủi ro.
- **Khi quyết định đi ra ngoài đến các cộng đồng**, hãy cân nhắc những điều sau:
 - Các hoạt động ngoài trời được ưu tiên hơn hoạt động trong nhà. Tuy nhiên điều quan trọng là phải hiểu rằng **việc tương tác với nhiều người hơn trong bất kỳ môi trường nào đều làm tăng nguy cơ của quý vị**, vì vậy điều quan trọng là phải tuân theo các khuyến nghị về giãn cách xã hội và đeo khẩu trang vải.
 - Ở trong cùng một nhóm với những người không thực hiện giãn cách xã hội hay đeo đồ che mặt bằng vải sẽ làm tăng nguy cơ của quý vị.
 - Độ dài thời gian quý vị dành cho những người bên ngoài hộ gia đình mình có thể ảnh hưởng đến nguy cơ bị nhiễm bệnh của quý vị. Dành nhiều thời gian hơn với những người vốn có thể đã nhiễm bệnh sẽ làm tăng nguy cơ bị nhiễm bệnh của quý vị.

PHÒNG NGỪA LÂY NHIỄM COVID-19 VÀO TRONG CRF hoặc CƠ SỞ HỖ TRỢ SINH HOẠT

- **Yêu cầu mỗi người đi vào CRF cần thực hiện vệ sinh tay** bằng nước chà tay gốc cồn (ABHR) chứa ít nhất 60% cồn hoặc bằng xà phòng và nước trong ít nhất 20 giây.
- **Tất cả nhân viên chăm sóc trực tiếp cần được kiểm tra trước khi đi**

¹ **Nhân viên chăm sóc trực tiếp:** Bao gồm tất cả các nhân viên tiếp xúc trực tiếp và cung cấp dịch vụ chăm sóc hoặc các dịch vụ khác cho những người đang sống trong CRF.

vào CRF:

- **Nhân viên chăm sóc trực tiếp¹ cảm thấy không khỏe thì không được đi vào CRF.**
- **Bảng câu hỏi kiểm tra triệu chứng:** Những người bị ho, thở gấp, khó thở, sốt hoặc ớn lạnh, mệt mỏi, đau cơ hoặc đau cơ thể, nhức đầu, đau họng, bắt đầu mất vị giác hoặc khứu giác, nghẹt mũi hoặc sổ mũi, buồn nôn, nôn, tiêu chảy hoặc không cảm thấy không khỏe không được phép đi vào nơi cư trú và cần được nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe của họ theo dõi.
- **Kiểm tra nhiệt độ:** Những người cảm thấy sốt hoặc sốt (>100°F) không được phép đi vào nơi cư trú và cần được nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe của họ theo dõi.
- **Xin lưu ý,** nếu có nhân viên chăm sóc trực tiếp bị bệnh và ở tại nơi cư trú, họ cần tự cách ly và thông báo cho người giám sát của mình để đảm bảo việc bố trí nhân viên phù hợp.
- **Chủ động khuyến khích nhân viên chăm sóc trực tiếp bị bệnh ở nhà..** Thông báo cho tất cả nhân viên chăm sóc trực tiếp bằng văn bản rằng họ không được đến làm việc nếu bị bệnh và được cung cấp ngày nghỉ phép hưởng lương.
 - Thực hiện các chính sách nghỉ phép linh hoạt và không trừng phạt và cho phép nhân viên chăm sóc trực tiếp bị bệnh ở nhà.
 - Chính sách nghỉ phép cũng nên tính đến những nhân viên cần ở nhà với con cái nếu trường học hoặc nhà trẻ đóng cửa, hoặc để chăm sóc các thành viên gia đình bị bệnh.
- **Thực hiện sàng lọc bất kỳ khách đến thăm hoặc nhà cung cấp dịch vụ phi y tế nào trước khi đi vào CRF..**
 - **Bảng câu hỏi kiểm tra triệu chứng:** Những người bị ho, thở gấp, khó thở, sốt hoặc ớn lạnh, mệt mỏi, đau cơ hoặc đau cơ thể, nhức đầu, đau họng, bắt đầu mất vị giác hoặc khứu giác, nghẹt mũi hoặc sổ mũi, buồn nôn, nôn, tiêu chảy hoặc không cảm thấy không khỏe không được phép đi vào nơi cư trú.
 - **Kiểm tra nhiệt độ:** Những người cảm thấy sốt hoặc sốt (>100.4F) không được phép đi vào nơi cư trú.
 - **Kiểm tra phơi nhiễm:** Những người đã tiếp xúc gần (dưới 6 feet), kéo dài (15 phút trở lên) với người được xác nhận COVID-19 trong vòng 14 ngày qua không được phép đi vào nơi cư trú.
- **Khách đến thăm nên được lên lịch trình, và hạn chế số lượng khách đến thăm, để đảm bảo việc giãn cách xã hội có thể được duy trì.** Khuyến khích việc thăm viếng diễn ra ngoài trời, nếu có thể. Nếu việc thăm viếng diễn ra bên trong nơi cư trú, các chuyến thăm cần diễn ra trong phòng riêng hoặc khu vực được chỉ định trong nơi cư trú.
- **Lưu trữ hồ sơ hàng ngày của các khách đến thăm bên ngoài và nhân viên trong ít nhất 30 ngày để tạo điều kiện cho việc tìm kiếm người tiếp xúc.**

PHÒNG NGỪA LÂY NHIỄM COVID-19 TRONG CRF hoặc CƠ SỞ HỖ TRỢ SINH HOẠT

- **Thực hiện các biện pháp kiểm soát nguồn lây**
 - Nhân viên chăm sóc trực tiếp cần đeo khẩu trang (loại dùng trong y tế, phẫu thuật hoặc thủ thuật) khi ở trong nơi cư trú.
 - Nhân viên và khách hàng cần đeo đồ che mặt bằng vải khi ở trong nơi cư trú.
 - Bất kỳ người nào sống trong cơ sở có triệu chứng của việc phơi nhiễm, hoặc dương tính với COVID-19, cần đeo đồ che mặt bằng vải nếu họ cần ở gần những người khác trong nhà. **Không được đeo đồ che mặt bằng vải cho bất kỳ ai bị khó thở, hoặc bất kỳ ai bị bất tỉnh, mất năng lực, hoặc không**

thể tháo khẩu trang ra mà không có sự trợ giúp.

- Tránh các thủ thuật tạo ra sol khí nếu có thể (ví dụ: chuyển phương pháp điều trị bằng máy xông khí dung sang ống hít đo liều lượng).
- **Cung cấp vật tư cần thiết để tuân thủ các biện pháp kiểm soát và phòng ngừa lây nhiễm được khuyến nghị.**
 - Nhân viên chăm sóc trực tiếp có thể cân nhắc việc sử dụng thiết bị bảo vệ mắt toàn diện (ví dụ: tấm chắn mặt hoặc kính bảo hộ) nếu có người nghi mắc hoặc được xác nhận mắc COVID-19 đang sống trong nơi cư trú.
 - Nhân viên chăm sóc trực tiếp không được đeo găng tay trong thời gian dài trừ khi họ chăm sóc cho người được xét nghiệm xác nhận mắc COVID-19, có các triệu chứng của COVID-19 hoặc bệnh khác đòi hỏi sử dụng biện pháp phòng ngừa tiêu chuẩn. Sử dụng găng tay kéo dài có thể lây lan mầm bệnh và khó vệ sinh tay thường xuyên và đúng cách.
 - Nếu đeo găng tay, phải thay găng khi chúng bị bẩn, giữa các lượt bệnh nhân và theo chỉ định sau các hoạt động chăm sóc bệnh nhân (như đi vệ sinh).
 - Cần thực hiện vệ sinh tay trước và sau khi đeo và tháo găng tay.
- **Thực hiện các chiến lược để duy trì giãn cách xã hội trong nơi cư trú.**
 - Bố trí so le thời gian các bữa ăn và việc sử dụng các khu vực chung.
 - Sắp xếp đồ đạc trong nơi cư trú để khuyến khích giãn cách xã hội (ví dụ: sắp xếp giường theo kiểu 'luân phiên đầu giường và chân giường').
 - Cân nhắc sử dụng các vách ngăn, nếu không thể cung cấp 6 feet không gian giữa những người sống trong CRF hoặc cơ sở hỗ trợ sinh hoạt.
- **Nhanh chóng xác định và ứng phó thích hợp với những người sống trong CRF hoặc các cơ sở hỗ trợ sinh hoạt có ca nghi mắc hoặc được xác nhận mắc COVID- 19.**
 - Xác định không gian để cách ly (đối với người được xét nghiệm xác nhận mắc COVID-19) hoặc để cách ly kiểm dịch (đối với người có thể bị mắc COVID-19).
 - Hạn chế nhân viên chăm sóc trực tiếp được phân công chỉ chăm sóc cho những người đã biết mắc hoặc nghi mắc COVID-19. Đảm bảo rằng những nhân viên chăm sóc trực tiếp này chỉ chăm sóc cho người bị cách ly hoặc cách ly kiểm dịch để giảm nguy cơ virus lây lan sang những người khác trong hộ gia đình.
 - Tiếp tục báo cáo các trường hợp COVID-19 cho Sở Sức khỏe Hành vi hoặc Sở Dịch vụ Người Khuyết tật (bất kỳ cơ quan nào giám sát cơ sở của quý vị).

DUY TRÌ CÁC BIỆN PHÁP KIỂM SOÁT LÂY NHIỄM NGHIÊM NGẶT

- **Đảm bảo rằng tất cả nhân viên chăm sóc trực tiếp và những người sống trong CRF hoặc các cơ sở hỗ trợ sinh hoạt đều được biết về các biện pháp vệ sinh tay đúng cách.**
 - Đảm bảo ABHR có chứa ít nhất sáu mươi phần trăm (60%) cồn luôn có sẵn trong toàn bộ nơi cư trú. Nếu điều này là không khả thi do những quan ngại về an toàn, ABHR cần có sẵn cho tất cả nhân viên chăm sóc trực tiếp để sử dụng thường xuyên (ví dụ: cung cấp ABHR loại kích cỡ nhỏ có thể mang đi).
 - Đảm bảo rằng các bồn rửa được cung cấp đúng cách cùng với xà phòng và khăn giấy để rửa tay.
- **Đảm bảo luôn có sẵn đầy đủ vật tư vệ sinh và khử trùng.**
 - Xây dựng lịch trình làm sạch và khử trùng thường xuyên các thiết bị dùng chung, các bề mặt thường xuyên chạm vào trong các phòng riêng và các khu vực chung.

- Quý vị có thể tìm thấy thông tin thêm về các Nguyên tắc về Tàn suất Làm sạch Môi trường Dựa trên Nguy cơ tại đây: [cdc.gov/hai/prevent/resource-limited/cleaning-procedures.html](https://www.cdc.gov/hai/prevent/resource-limited/cleaning-procedures.html)
- Thông tin chi tiết có thể được tìm thấy trên trang web của Trung tâm Kiểm soát và Phòng ngừa Dịch bệnh: [cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/community/disinfecting-building-facility.html](https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/community/disinfecting-building-facility.html)
- **Nhân viên chăm sóc trực tiếp cần được cung cấp các thiết bị bảo hộ cá nhân (PPE) phù hợp.**
 - Nhân viên chăm sóc trực tiếp cần đeo/mặc các thiết bị bảo hộ cá nhân (PPE) sau nếu chăm sóc bệnh nhân nghi mắc hoặc được xác nhận mắc COVID-19: áo choàng, mặt nạ phòng độc (khẩu trang nếu không có mặt nạ phòng độc), kính bảo hộ hoặc tấm chắn mặt, và găng tay. Để bảo tồn nguồn vật tư mặt nạ phòng độc, cần ưu tiên sử dụng mặt nạ phòng độc trong các thủ thuật tạo ra sol khí. Mặt nạ phòng độc chỉ nên được sử dụng bởi những người đã được xác nhận y tế là không mắc virus và được kiểm tra mức độ phù hợp thông qua chương trình bảo vệ đường hô hấp của chủ lao động của họ.
 - Cán nhắc chỉ định nhân viên chịu trách nhiệm quản lý các nguồn vật tư này, giám sát và phản hồi kịp thời để thúc đẩy nhân viên sử dụng đúng cách.
 - Để biết thêm thông tin, bao gồm các video đào tạo, quý vị có thể tìm thấy trên trang web của CDC: [cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/hcp/using-ppe.html](https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/hcp/using-ppe.html)

NHỮNG ĐIỀU CẦN CÂN NHẮC VỀ XÉT NGHIỆM GIÁM SÁT

- **DC Health không khuyến nghị xét nghiệm hàng tuần tất cả những người sống trong CRF cho người già và người khuyết tật² hoặc người thiếu năng trí tuệ³ trừ khi có lý do cụ thể để làm như vậy (chẳng hạn như một đợt bùng phát đang diễn ra trong một cơ sở cụ thể).**
 - Việc xét nghiệm những người không có triệu chứng sống trong CRF sẽ được quyết định tùy theo từng trường hợp cụ thể.
- **Các CRF cá nhân có thể cân nhắc cho nhân viên của họ đi xét nghiệm giám sát hàng tuần.**
 - Điều này cần được quyết định dựa trên loại hình chăm sóc được cung cấp (chẳng hạn như mức độ tiếp xúc gần giữa nhân viên và người được chăm sóc) và mức độ nguy cơ của người được chăm sóc.
- **Những người trong nơi cư trú cần liên hệ với nhà cung cấp dịch vụ y tế của họ nếu họ có các triệu chứng của COVID-19 hoặc quan ngại rằng họ đã bị phơi nhiễm.**

Các hướng dẫn trên sẽ tiếp tục được cập nhật khi tình hình thay đổi. Vui lòng truy cập [coronavirus.dc.gov](https://www.coronavirus.dc.gov) thường xuyên để biết thông tin mới nhất.

² Các cơ sở cư trú Cộng đồng Chương 34 dành cho người già và người khuyết tật

³ Các cơ sở cư trú cộng đồng Chương 35 dành cho người thiếu năng trí tuệ