

Số: /HD - SYT Nam Định, ngày tháng 02 năm 2022

## HƯỚNG DẪN

### **Quản lý người mắc COVID-19 tại nhà trên địa bàn tỉnh Nam Định**

Căn cứ Quyết định số 261/QĐ-BYT ngày 31/01/2022 của Bộ Y tế ban hành Hướng dẫn quản lý người mắc COVID-19 tại nhà (thay thế Quyết định số 4038/QĐ-BYT ngày 21/8/2021 của Bộ trưởng Bộ Y tế ban hành Hướng dẫn tạm thời về quản lý người nhiễm COVID-19 tại nhà và Quyết định số 4109/QĐ-BYT ngày 26/8/2021 của Bộ trưởng Bộ Y tế ban hành Danh mục thuốc điều trị ngoại trú cho người nhiễm COVID-19 tại nhà).

Căn cứ Kế hoạch số 152/KH-UBND ngày 24/12/2021 của tỉnh về việc thực hiện quản lý, chăm sóc người nhiễm COVID-19 tại nhà trên địa bàn tỉnh Nam Định và công văn điều chỉnh.

Sở Y tế ban hành Hướng dẫn Quản lý người mắc COVID-19 tại nhà trên địa bàn tỉnh Nam Định, cụ thể như sau:

## **I. THÔNG TIN CHUNG**

### **1. Mục đích**

“Hướng dẫn quản lý người mắc COVID-19 tại nhà” được xây dựng với mục đích cung cấp các hướng dẫn và quy định về quản lý, hỗ trợ và chăm sóc người nhiễm SARS-CoV-2 và người bệnh COVID-19 mức độ nhẹ tại nhà (sau đây gọi chung là người mắc COVID-19).

### **2. Đối tượng sử dụng**

a) Trạm y tế xã, phường, thị trấn; Trạm y tế lưu động; Trung tâm y tế huyện, phòng khám; Trung tâm vận chuyển cấp cứu và các cơ sở được phân công tham gia công tác quản lý người mắc COVID-19 tại nhà (sau đây gọi tắt là Cơ sở quản lý người mắc COVID-19 tại nhà).

b) Ban chỉ đạo phòng chống dịch COVID-19 xã, phường, thị trấn; Ban chỉ đạo phòng chống dịch COVID-19 huyện, thành phố.

c) Nhân viên tham gia công tác quản lý người mắc COVID-19 tại nhà.

## II. ĐỐI TƯỢNG QUẢN LÝ TẠI NHÀ

### 1. Tiêu chí lâm sàng đối với người mắc COVID-19 bao gồm 3 tiêu chí sau:

a) Là người mắc COVID-19 (được khẳng định nhiễm SARS-CoV-2 bằng xét nghiệm realtime RT-PCR hoặc test nhanh kháng nguyên theo quy định hiện hành) không có triệu chứng lâm sàng; hoặc có triệu chứng lâm sàng ở mức độ nhẹ: như sốt, ho khan, đau họng, nghẹt mũi, mệt mỏi, đau đầu, đau mỏi cơ, tê lưỡi; tiêu chảy, chảy mũi, mất mùi, mất vị.

b) Không có các dấu hiệu của viêm phổi hoặc thiếu ô xy; nhịp thở < 20 lần/phút; SpO<sub>2</sub>> 96% khi thở khí trời; không có thở bất thường như thở rên, rút lõm lồng ngực, phập phồng cánh mũi, thở khò khè, thở rít ở thì hít vào.

c) Không mắc bệnh nền, hoặc có bệnh nền nhưng đang được điều trị ổn định.

### 2. Khả năng người mắc COVID-19 tự chăm sóc

a) Có thể tự chăm sóc bản thân như ăn uống, tắm rửa, giặt quần áo, vệ sinh và có thể tự theo dõi tình trạng sức khỏe theo hướng dẫn của nhân viên y tế.

b) Có khả năng liên lạc với nhân viên y tế để được theo dõi, giám sát và khi có tình trạng cấp cứu: Có khả năng giao tiếp và sẵn có phương tiện liên lạc như điện thoại, máy tính...

c) Trường hợp người mắc COVID-19 không có khả năng tự chăm sóc, gia đình phải có người chăm sóc đáp ứng các tiêu chí của mục a, b ở trên.

## III. NHIỆM VỤ CỦA CƠ SỞ QUẢN LÝ NGƯỜI MẮC COVID-19 TẠI NHÀ

### 1. Xác định, lập danh sách người mắc COVID-19 quản lý tại nhà

a) Cơ sở quản lý người mắc COVID-19 tại nhà hoặc cơ sở y tế được Sở Y tế phân công, thực hiện đánh giá người mắc COVID-19 theo các tiêu chí quy định tại mục 1 phần II.

b) Lập danh sách quản lý người mắc COVID-19 tại nhà (*Danh sách quản lý người mắc COVID-19 tại nhà theo mẫu quy định tại Phụ lục*).

### 2. Hướng dẫn người mắc COVID-19 theo dõi sức khỏe tại nhà

#### 2.1. Theo dõi sức khỏe

a) Cơ sở quản lý sức khỏe người mắc COVID-19 hướng dẫn người mắc COVID-19 thực hiện tự theo dõi sức khỏe và điền thông tin vào Phiếu theo dõi sức khỏe người mắc COVID-19 tại nhà (Phiếu theo dõi theo mẫu quy định tại Phụ lục số 02), 2 lần/ngày vào buổi sáng và buổi chiều hoặc khi có các dấu hiệu, triệu chứng cần chuyển viện cấp cứu, điều trị theo quy định tại mục c, phần 2.1.

b) Nội dung theo dõi sức khỏe hàng ngày

- Chỉ số: nhịp thở, mạch, nhiệt độ, SpO<sub>2</sub> và huyết áp (nếu có thể).

- Các triệu chứng: mệt mỏi, ho, ho ra đờm, ớn lạnh/gai rét, viêm kết mạc (mắt đỏ), mất vị giác hoặc khứu giác, tiêu chảy (phân lỏng/đi ngoài); Ho ra máu, thở dốc hoặc khó thở, đau tức ngực kéo dài, lơ mơ, không tỉnh táo; Các triệu chứng khác như: Đau họng, nhức đầu, chóng mặt, chán ăn, buồn nôn và nôn, đau nhức cơ,...

c) Phát hiện bất cứ một trong các dấu hiệu dưới đây phải thông báo ngay với Cơ sở quản lý người mắc COVID-19 tại nhà; trạm y tế xã, phường; hoặc trạm y tế lưu động, Trung tâm vận chuyển cấp cứu... để được xử trí cấp cứu và chuyển viện kịp thời:

1) Khó thở, thở hụt hơi, hoặc ở trẻ em có dấu hiệu thở bất thường: thở rên, rút lõm lồng ngực, phập phồng cánh mũi, khò khè, thở rít thì hít vào.

2) Nhịp thở

- Người lớn: nhịp thở  $\geq 20$  lần/phút

- Trẻ từ 1 đến dưới 5 tuổi: Nhịp thở:  $\geq 40$  lần/phút,

- Trẻ từ 5 – dưới 12 tuổi: nhịp thở:  $\geq 30$  lần/phút

(Lưu ý ở trẻ em: đếm đủ nhịp thở trong 1 phút khi trẻ nằm yên không khóc).

3)  $SpO_2 \leq 96\%$  (trường hợp phát hiện chỉ số  $SpO_2$  bất thường cần đo lại lần 2 sau 30 giây đến 1 phút, khi đo yêu cầu giữ yên vị trí đo).

4) Mạch nhanh  $> 120$  nhịp/phút hoặc  $< 50$  nhịp/phút.

5) Huyết áp thấp: huyết áp tối đa  $< 90$  mmHg, huyết áp tối thiểu  $< 60$  mmHg (nếu có thể đo).

6) Đau tức ngực thường xuyên, cảm giác bó thắt ngực, đau tăng khi hít sâu.

7) Thay đổi ý thức: lú lẫn, ngủ rũ, lơ mơ, rất mệt/mệt lả, trẻ quấy khóc, li bì khó đánh thức, co giật.

8) Tím môi, tím đầu móng tay, móng chân, da xanh, môi nhợt, lạnh đầu ngón tay, ngón chân.

9) Không thể uống hoặc bú kém/giảm, ăn kém, nôn (ở trẻ em). Trẻ có biểu hiện hội chứng viêm đa hệ thống: sốt cao, đỏ mắt, môi đỏ, lưỡi dâu tây, ngón tay chân sưng phù nổi hồng ban...

10) Mắc thêm bệnh cấp tính: sốt xuất huyết, tay chân miệng...

11) Bất kỳ tình trạng bất ổn nào của người mắc COVID-19 mà thấy cần báo cơ sở y tế.

## 2.2. Hướng dẫn chế độ ăn uống, sinh hoạt

Người mắc COVID-19 nên nghỉ ngơi, vận động thể lực nhẹ (phù hợp với tình trạng sức khỏe); tập thở ít nhất 15 phút mỗi ngày; Uống nước thường xuyên, không

đợi đến khi khát mới uống nước; không bỏ bữa; tăng cường dinh dưỡng: ăn đầy đủ chất, ăn trái cây, uống nước hoa quả... và suy nghĩ tích cực, duy trì tâm lý thoải mái.

### **2.3. Hướng dẫn thực hiện cách ly y tế tại nhà**

Các yêu cầu khi thực hiện cách ly F0 tại nhà và các hoạt động triển khai cách ly điều trị F0 tại nhà: Thực hiện theo Kế hoạch số 152/KH-UBND ngày 24/12/2021 của tỉnh về việc thực hiện quản lý, chăm sóc người nhiễm COVID-19 tại nhà trên địa bàn tỉnh Nam Định.

## **3. Khám bệnh và theo dõi sức khỏe người mắc COVID-19**

### **3.1. Theo dõi sức khỏe hàng ngày**

a) Ghi chép, cập nhật thông tin về tình trạng sức khỏe người mắc COVID-19 hàng ngày vào Phiếu theo dõi sức khỏe người mắc COVID-19 (*Chi tiết tại Phụ lục*); hoặc phần mềm quản lý sức khỏe người mắc COVID-19.

b) Đánh giá và xử trí theo Hướng dẫn phân loại nguy cơ người nhiễm SARS-CoV-2 và định hướng xử trí, cách ly, điều trị ban hành kèm theo Quyết định số 5525/QĐ-BYT ngày 01/12/2021 của Bộ Y tế.

c) Tiếp nhận các cuộc gọi điện thoại và tư vấn cho người mắc COVID-19, người chăm sóc.

d) Nhân viên của Cơ sở quản lý người mắc COVID-19 tại nhà có nhiệm vụ đến nhà người mắc COVID-19 để hỗ trợ trực tiếp trong các trường hợp:

- Người mắc COVID-19 có tình trạng cấp cứu cần xử trí ngay.
- Không nhận được báo cáo về tình trạng sức khỏe của người mắc COVID-19 và không liên lạc được với người mắc COVID-19 hoặc người chăm sóc.

### **3.2. Khám bệnh, kê đơn điều trị tại nhà**

a) Điều trị triệu chứng: Kê đơn, cấp phát thuốc điều trị triệu chứng

- Sốt:

+ Đối với người lớn: > 38,5<sup>0</sup>C hoặc đau đầu, đau người nhiều: uống mỗi lần 1 viên thuốc hạ sốt như paracetamol 0,5 g, có thể lặp lại mỗi 4-6 h, ngày không quá 4 viên, uống oresol nếu ăn kém/giảm hoặc có thể dùng uống thay nước.

+ Đối với trẻ em: > 38,5<sup>0</sup>C, uống thuốc hạ sốt như paracetamol liều 10-15 mg/kg/lần, có thể lặp lại mỗi 4-6 h, ngày không quá 4 lần.

Nếu sau khi dùng thuốc hạ sốt 2 lần không đỡ, yêu cầu người mắc COVID-19 thông báo ngay cho Cơ sở quản lý người mắc COVID-19 tại nhà để được xử trí.

- Ho: dùng thuốc giảm ho khi ho khan nhiều.

b) Kê đơn, cấp phát thuốc điều trị ngoại trú: thực hiện theo Hướng dẫn chẩn đoán và điều trị COVID-19 do Bộ Y tế ban hành tại quyết định số 250/QĐ-BYT ngày 28/01/2022.

c) Khám, chữa bệnh tại nhà bởi Trạm y tế lưu động hoặc Đội y tế lưu động: Căn cứ vào số ca mắc và khu vực có ca mắc trên địa bàn phường, xã để thành lập các Trạm y tế lưu động hoặc Đội y tế lưu động sẵn sàng hỗ trợ cấp cứu cho người bệnh tại nhà.

d) Danh mục thuốc điều trị ngoại trú cho người mắc COVID-19 tại nhà chi tiết tại *Phụ lục*.

### **3.3. Phát hiện và xử trí diễn biến bất thường liên quan bệnh nền**

a) Sau khi thăm khám, đánh giá về bệnh nền, nếu phát hiện diễn biến bất thường liên quan bệnh nền cần tư vấn người bệnh chuyển đến quản lý theo dõi tại cơ sở y tế.

b) Hội chẩn với tuyến trên cho những trường hợp có bệnh nền khó, phức tạp chưa có điều kiện vận chuyển ngay đến cơ sở y tế.

c) Hướng dẫn người chăm sóc, người mắc COVID-19 về việc chuyển người bệnh đến các cơ sở y tế khi có các tình trạng cấp cứu đối với các bệnh lý khác như nguy cơ tai biến sản khoa, chấn thương, đột quỵ,...đồng thời thông báo cho các cơ sở y tế nơi tiếp nhận các bệnh nhân này về tình trạng nhiễm COVID-19 của họ.

### **4. Xét nghiệm COVID-19 để kết thúc cách ly:**

a) Xét nghiệm COVID-19 cho người mắc COVID-19 để kết thúc cách ly y tế: Thực hiện theo Hướng dẫn chẩn đoán và điều trị COVID-19 do Bộ Y tế ban hành tại quyết định số 250/QĐ-BYT ngày 28/01/2022.

b) Làm xét nghiệm hoặc hướng dẫn tự xét nghiệm tại nhà cho người chăm sóc hoặc người ở cùng nhà với người mắc COVID-19 (xét nghiệm realtime RT-PCR hoặc test nhanh kháng nguyên) khi có triệu chứng nghi mắc COVID-19.

### **5. Xử trí cấp cứu, chuyển viện**

a) Cơ sở quản lý người mắc COVID-19 tại nhà hướng dẫn người mắc COVID-19 khi có các dấu hiệu, triệu chứng cấp cứu cần liên hệ ngay với Cơ sở quản lý người mắc COVID-19 tại nhà để được hỗ trợ xử trí cấp cứu, chuyển viện kịp thời.

b) Trong thời gian chờ đợi chuyển tuyến, Cơ sở quản lý người mắc COVID-19 hướng dẫn, xử trí cấp cứu cho người bệnh.

Trên đây là Hướng dẫn quản lý người mắc COVID-19 tại nhà trên địa bàn tỉnh Nam Định, thay thế Hướng dẫn tạm thời quản lý, điều trị, chăm sóc người nhiễm COVID-19 tại nhà trên địa bàn tỉnh Nam Định số 2685/HD-SYT ngày 30/12/2021 của Sở Y tế.

*Sở Y tế gửi kèm theo Quyết định số 261/QĐ-BYT ngày 31/01/2022 của Bộ Y tế và các Phụ lục.*

Đề nghị các cơ quan, đơn vị, địa phương căn cứ thực hiện phù hợp với tình hình thực tế. Sở Y tế sẽ tiếp tục cập nhật, điều chỉnh khi có thay đổi../.

***Nơi nhận:***

- UBND tỉnh (để báo cáo);
- BCĐ PC dịch COVID-19 tỉnh (để b/cáo);
- BCĐ PC dịch COVID-19 huyện, TP (để p/h chỉ đạo);
- BCĐ PC dịch COVID-19 Ngành Y tế;
- Các đơn vị trong ngành;
- Lưu VT, NVY.

**KT. GIÁM ĐỐC  
PHÓ GIÁM ĐỐC**

**Khương Thành Vinh**