

Thành phố Hồ Chí Minh, ngày 5 tháng 5 năm 2026

BÀI TRUYỀN THÔNG
"BÀN TAY SẠCH - ĐẨY LÙI MÀM BỆNH"

Kính gửi toàn thể cán bộ, nhân viên y tế, người bệnh và thân nhân:

Bàn tay là bộ phận chúng ta sử dụng nhiều nhất để làm việc, tiếp xúc với môi trường xung quanh. Tuy nhiên, đôi tay cũng chính là nơi ẩn chứa hàng triệu vi khuẩn, vi-rút gây bệnh như: Tiêu chảy, tay chân miệng, cảm cúm, và các bệnh truyền nhiễm nguy hiểm khác.

* **Tại sao phải rửa tay?** Vi khuẩn từ đôi tay bạn có thể theo thức ăn đi vào cơ thể, hoặc lây lan khi ta tiếp xúc với người khác, bề mặt đồ vật. Rửa tay đúng cách giúp ngăn ngừa mầm bệnh xâm nhập.

* **Khi nào cần rửa tay?**

- **Đối với nhân viên y tế (5 thời điểm vàng):**

1. Trước khi tiếp xúc người bệnh.
2. Trước khi làm thủ thuật vô khuẩn.
3. Sau khi tiếp xúc với dịch tiết cơ thể.
4. Sau khi tiếp xúc với người bệnh.
5. Sau khi tiếp xúc với vật dụng xung quanh người bệnh.

- **Đối với người bệnh và thân nhân:**

Trước khi: Ăn uống, chế biến thực phẩm, cho trẻ ăn.

Sau khi: Đi vệ sinh, xì mũi/ho, chăm sóc người bệnh, thay tã cho trẻ, tiếp xúc với động vật/rác thải.

* **Quy trình rửa tay đúng cách (6 bước) theo Bộ Y tế:**

1. Làm ướt tay, lấy xà phòng.
2. Chà lòng bàn tay này vào lòng bàn tay kia.
3. Chà lòng bàn tay này lên mu bàn tay kia và ngược lại.
4. Chà các ngón tay và kẽ tay.
5. Chà mặt ngoài các ngón tay.
6. Xoay ngón tay cái và các đầu ngón tay vào lòng bàn tay.

Lưu ý: Rửa sạch dưới vòi nước chảy và lau khô tay.

* **HÀNH ĐỘNG HÔM NAY - SỨC KHỎE NGÀY MAI**

Hãy cùng nhau lan tỏa thói quen vệ sinh tay:

Vệ sinh tay sạch - Đẩy lùi dịch bệnh.

Rửa tay thường xuyên - Bảo vệ gia đình.

Hãy trao yêu thương, đừng trao vi khuẩn.

Vì sức khỏe của chính mình, gia đình và cộng đồng, chúng ta hãy thực hiện "Vệ sinh tay" ngay hôm nay!

Người thực hiện


Nguyễn Đình Quốc

GIÁM ĐỐC




Hồ Lộc