ỦY BAN NHÂN DÂN
THÀNH PHỐ HỒ CHÍ MINH
SỞ Y TẾ

Số: 8728 /SYT-NVY

V/v cập nhật "Hướng dẫn gói chăm sóc sức khỏe tại nhà cho người F0" (phiên bản 1.6)

CỘNG HOÀ XÃ HỘI CHỦ NGHĨA VIỆT NAM
Độc lập - Tự do - Hạnh phúc

Thành phố Hồ Chí Minh, ngày 23 tháng 11 năm 2021

KHẨN

Kính gửi:

- Bệnh viện công lập và ngoài công lập;
- Bệnh viện, Cơ sở thu dung điều trị COVID-19;
- Trung tâm Y tế thành phố Thủ Đức và quận, huyện;
- Cơ sở quản lý người nhiễm COVID-19 tại nhà.

Ngày 27/8/2021, Sở Y tế ban hành công văn số 6065/SYT-NVY về việc cập nhật "Hướng dẫn gói chăm sóc sức khỏe tại nhà cho người F0" (phiên bản 1.5).

Căn cứ Quyết định 4156/QĐ-BYT ngày 28/8/2021 của Bộ Y tế về Hướng dẫn Chăm sóc người nhiễm COVID-19 tại nhà, Quyết định số 4689/QĐ-BYT ngày 06/10/2021 của Bộ Y tế về Hướng dẫn chẩn đoán và điều trị COVID-19 và Quyết định số 5155/QĐ-BYT ngày 08/11/2021 của Bộ Y tế về việc ban hành Hướng dẫn chẩn đoán và điều trị COVID-19 ở trẻ em;

Sở Y tế cập nhật "Hướng dẫn gói chăm sóc sức khỏe tại nhà cho người F0" phiên bản 1.6 áp dụng cho các Cơ sở quản lý người nhiễm COVID-19 tại nhà (cơ sở được phân công quản lý người nhiễm COVID-19 tại nhà như: Trung tâm y tế quận, huyện, thành phố Thủ Đức; Trạm y tế phường, xã, thị trấn; Trạm y tế lưu động; Tổ chăm sóc người nhiễm COVID-19 tại cộng đồng…).

Sở Y tế đề nghị Thủ trưởng các đơn vị được phân công chăm sóc quản lý F0 tại nhà tổ chức thực hiện nhằm đảm bảo an toàn, hiệu quả cho người mắc COVID-19.

Trong quá trình thực hiện nếu có khó khăn, vướng mắc đề nghị liên hệ Sở Y tế (Phòng Nghiệp vụ Y – Điện thoại: 028.3930.9981) để được hướng dẫn./.

Nơi nhận:
- Như trên;
- Bộ Y tế;
- Bí thư Thành ủy;
- Ban Thường vụ Thành ủy;
- Thường trực Ủy ban nhân dân thành phố;
- UBND Thành phố;
- BCĐ PCD Thành phố;
- Ban Thường vụ Thành ủy TP. Thủ Đức và quận, huyện;
- BCĐ PCD thành phố Thủ Đức, quận, huyện;
- Ban Giám đốc Sở;
- Lưu: VT, NVY.

(Kèm phụ lục 1, 2, 3)

GIÁM ĐỐC

CỘNG HÒA X.H.C.N VIỆT NAM
SỞ Y TẾ
THÀNH PHỐ HỒ CHÍ MINH

Tăng Chí Thượng

LuatVietnam
Tiện ích văn bản luật

Phụ lục 1. HƯỚNG DẪN GÓI CHĂM SÓC SỨC KHỎE TẠI NHÀ CHO NGƯỜI F0 (Phiên bản 1.6)

(Kèm theo công văn số 8728 /SYT-NVY ngày 23 tháng 11 năm 2021 của Sở Y tế)

1. Đối tượng quản lý tại nhà

a) Người mắc COVID-19 (F0) mới là người có kết quả xét nghiệm RT-PCR hoặc xét nghiệm nhanh kháng nguyên SARS-CoV-2 dương tính, đủ điều kiện cách ly tại nhà.

b) Điều kiện cách ly tại nhà:

- Hội đủ 02 tiêu chí lâm sàng:

(1) Không triệu chứng hoặc triệu chứng lâm sàng ở mức độ nhẹ (không có suy hô hấp: $SpO_2 \geq 96\%$ khi thở khí trời, nhịp thở ≤ 20 lần/phút).

(2) Độ tuổi từ 1 đến 50 tuổi, không có bệnh nền, không đang mang thai, không béo phì. Đối với những trường hợp không thỏa điều kiện này vẫn có thể xem xét cách ly tại nhà nếu có bệnh nền ổn định, bảo đảm tiêm đủ 2 mũi hoặc sau 14 ngày kể từ ngày tiêm mũi vắc xin phòng COVID-19 đầu tiên.

- Có khả năng tự chăm sóc: người F0 có thể tự chăm sóc bản thân (như ăn uống, tắm rửa, giặt quần áo, vệ sinh…); biết cách đo thân nhiệt; có khả năng tự dùng thuốc theo đơn thuốc của bác sĩ; có khả năng liên lạc với nhân viên y tế để được theo dõi, giám sát và khi có tình trạng cấp cứu. Trường hợp F0 là trẻ em hoặc người không tự chăm sóc cá nhân được thì cần phải có người hỗ trợ chăm sóc.

- Trong gia đình không có người thuộc nhóm nguy cơ (người cao tuổi, có bệnh nền, béo phì, có thai…).

2. Các hoạt động chăm sóc sức khỏe cho người F0 cách ly tại nhà

Hoạt động 1. Xác định, lập danh sách người F0 cách ly tại nhà trên địa bàn

1. Trạm y tế phường, xã, thị trấn chịu trách nhiệm tiếp nhận, cập nhật danh sách người F0 trên địa bàn từ nhiều nguồn khác nhau: phần mềm quản lý chuỗi lây nhiễm (CDS); phần mềm "Hệ thống quản lý người cách ly và người bệnh COVID-19"; Ủy ban nhân dân phường, xã, thị trấn; Tổ COVID cộng đồng; Tổ chăm sóc người nhiễm COVID-19 tại cộng đồng và do người dân khai báo (do tự làm xét nghiệm).

2. Nhập thông tin người F0 trên phần mềm "Hệ thống quản lý người cách ly và người bệnh COVID-19". Chuyển thông tin F0 (họ tên, số điện thoại của F0, số điện thoại của người nhà F0, địa chỉ cư trú, tình trạng hiện tại, tiền sử tiêm vắc xin, bệnh nền nếu có) cho các Cơ sở quản lý người nhiễm COVID-19 tại nhà được phân công trên phần mềm hoặc file excel trong vòng 4-6 giờ kể từ khi tiếp nhận thông tin F0.

Hoạt động 2. Hướng dẫn F0 tự chăm sóc và theo dõi sức khỏe tại nhà

Trong vòng 24 giờ sau khi nhận được danh sách F0, Cơ sở quản lý người nhiễm COVID-19 tại nhà được phân công quản lý F0 phải tiếp cận F0 hoặc gia đình F0 để đánh giá các điều kiện cách ly tại nhà. Trong trường hợp F0 đủ điều kiện cách ly tại nhà, phát tờ rơi hướng dẫn những điều cần tuân thủ; tự chăm sóc và theo dõi sức khỏe tại nhà; cấp phát thuốc điều trị COVID-19 theo quy định (cấp ngay gói A nếu F0 không có triệu chứng; cấp ngay gói A-C nếu F0 có triệu chứng nhẹ), cụ thể như sau:

LuatVietnam
Tiện ích văn bản luật

1. Chuẩn bị các vật dụng cần thiết khi cách ly tại nhà gồm: Nhiệt kế, thiết bị đo SpO_2, máy đo huyết áp (nếu có); khẩu trang y tế; phương tiện vệ sinh tay; dung dịch nước muối sinh lý để súc họng, rửa mũi; vật dụng cá nhân; thùng chứa chất thải lây nhiễm có nắp đậy.

2. Chuẩn bị thuốc điều trị tại nhà gồm: Thuốc điều trị COVID-19 tại nhà do Cơ sở quản lý người nhiễm COVID-19 tại nhà cấp phát; thuốc đang điều trị bệnh nền (tăng huyết áp, đái tháo đường, tim mạch, hen phế quản…) đủ sử dụng trong 01 tháng.

3. Những điều F0 cần làm khi cách ly tại nhà

a) Không bi quan, giữ tâm lý luôn thoải mái. Khi gặp khó khăn, liên hệ nhân viên y tế để được tư vấn từ xa.

b) Tự theo dõi sức khỏe: Đo thân nhiệt, đếm nhịp thở, đo SpO_2 (nếu đo được) ít nhất hai lần một ngày, hoặc khi cảm thấy mệt, khó thở.

c) Mang khẩu trang liên tục, rửa tay hoặc sát khuẩn tay thường xuyên.

d) Rửa mũi, súc họng hàng ngày bằng nước muối sinh lý.

e) Thường xuyên tập thở, vận động nâng cao sức khỏe.

f) Uống đủ nước hoặc nhiều hơn nếu có sốt, tiêu chảy. Không bỏ bữa, tăng cường dinh dưỡng, ăn uống đủ chất, tăng cường trái cây tươi, rau xanh.

g) Khai báo y tế mỗi ngày ít nhất 01 lần hoặc khi có triệu chứng bất thường qua ứng dụng "Y tế HCM" hoặc qua phiếu tự theo dõi sức khỏe.

h) Nơi cách ly phải thông thoáng, không sử dụng máy lạnh trung tâm; thường xuyên làm vệ sinh các bề mặt, vật dụng, nhà vệ sinh.

i) Thường xuyên sát khuẩn tay; khử khuẩn các vật dụng và bề mặt tiếp xúc như mặt bàn, tay nắm cửa, bồn cầu, lavabo... Phân loại chất thải đúng quy định.

j) Có số điện thoại của nhân viên y tế Cơ sở đang quản lý người nhiễm COVID-19 tại nhà để liên hệ khi cần tư vấn, hỗ trợ; tổng đài "1022" hoặc Tổ phản ứng nhanh phường, xã, thị trấn, quận, huyện.

4. Những điều không nên làm

a) Không tự ý rời khỏi phòng cách ly trong suốt thời gian cách ly.

b) Không sử dụng chung vật dụng với người khác.

c) Không ăn uống cùng với người khác.

d) Không tiếp xúc gần với người khác hoặc vật nuôi.

Trường hợp cần có người chăm sóc, người chăm sóc phải đeo khẩu trang, kính chắn giọt bắn, vệ sinh tay trước và sau khi chăm sóc.

5. Các dấu hiệu cần báo ngay cho Cơ sở quản lý người nhiễm COVID-19 tại nhà

Người F0 hoặc người chăm sóc báo ngay cho Cơ sở đang quản lý người nhiễm COVID-19 tại nhà nếu người F0 có **MỘT** trong các dấu hiệu sau đây:

a) 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.

LuatVietnam
Tiện ích văn bản luật

b) Nhịp thở tăng: ≥ 21 lần/phút đối với người lớn; ≥ 40 lần/phút đối với trẻ từ 01 đến dưới 05 tuổi; ≥ 30 lần/phút đối với trẻ từ 05 đến dưới 12 tuổi.

c) Độ bão hòa oxy trong máu ngoại vi (SpO_2) < 96% (nếu đo được).

d) Mạch nhanh > 120 nhịp/phút hoặc dưới 50 nhịp/phút.

e) Huyết áp thấp: Huyết áp tối đa < 90 mmHg, huyết áp tối thiểu < 60 mmHg (nếu đo được).

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

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

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

i) Không thể uống.

j) Trẻ có biểu hiện: Sốt trên 38^0C, đau rát họng, ho, tiêu chảy, trẻ mệt, không chịu chơi, tức ngực, cảm giác khó thở, SpO_2 < 96% (nếu đo được), ăn/bú kém ...

Hoạt động 3. Theo dõi sức khỏe F0 và khám chữa bệnh tại nhà

1. Theo dõi sức khỏe F0

a) Theo dõi sức khỏe F0 mỗi ngày, cập nhật diễn tiến vào phần mềm "Hệ thống quản lý người cách ly và người bệnh COVID-19".

b) Luôn sẵn sàng tiếp nhận điện thoại của người F0 để tư vấn hoặc khám chữa bệnh tại nhà trong trường hợp cần can thiệp y tế hoặc không liên hệ được.

2. Khám chữa bệnh, kê đơn điều trị tại nhà (phụ lục 2, 3)

a) Các thuốc điều trị tại nhà gồm 03 gói (A, B, C): Gói thuốc A là những thuốc thông dụng bao gồm thuốc hạ sốt và thuốc nâng cao thể trạng; Gói thuốc B là thuốc kháng viêm và thuốc chống đông; Gói thuốc C là thuốc kháng vi rút được sử dụng theo Chương trình can thiệp cộng đồng có kiểm soát của Bộ Y tế.

Trong đó, các thuốc chống đông dạng uống **(Rivaroxaban, Apixaban, Dabigatran)** và thuốc kháng vi rút **(Molnupiravir)** đã được đưa vào Hướng dẫn chẩn đoán và điều trị COVID-19 mới nhất, phiên bản 7 do Bộ Y tế ban hành ngày 06/10/2021.

b) Khi F0 có triệu chứng nhẹ, bác sĩ của Cơ sở quản lý người nhiễm COVID-19 tại nhà phải đánh giá tình trạng sức khỏe của F0. Trong trường hợp F0 có chỉ định dùng thuốc, nhân viên của Cơ sở quản lý người nhiễm COVID-19 tại nhà cho người bệnh ký cam kết và cấp phát thuốc tại nhà cho F0 (gói C).

c) Khi F0 cảm thấy khó thở (thở hụt hơi, khó thở tăng lên khi vận động, nhịp thở khi nghỉ ngơi > 20 lần/phút hoặc đo SpO_2 < 96%) phải liên hệ ngay với Cơ sở đang quản lý F0 để được tư vấn, hỗ trợ. Bác sĩ đánh giá tình trạng bệnh, nếu có chỉ định nhập viện, bác sĩ sẽ cho người bệnh sử dụng 01 liều duy nhất (gói B) trước khi chuyển viện.

Hoạt động 4. Xét nghiệm cho người F0 cách ly tại nhà

1. Lấy mẫu xét nghiệm tại nhà (RT-PCR hoặc xét nghiệm nhanh kháng nguyên SARS-CoV-2) cho F0 vào ngày 14 để chuẩn bị kết thúc thời gian cách ly. Nếu kết quả xét nghiệm âm tính, cơ sở được phân công quản lý F0 lập danh sách báo cáo Ban chỉ

LuatVietnam
Tiện ích văn bản luật

đạo phòng, chống dịch COVID-19 phường, xã, thị trấn để cấp giấy xác nhận hoàn thành thời gian cách ly theo quy định.

2. Làm xét nghiệm cho người chăm sóc hoặc người ở cùng nhà với F0 khi có triệu chứng nghi mắc COVID-19.

Hoạt động 5. Xử trí cấp cứu, chuyển viện cho người F0 cách ly tại nhà

Khi F0 cách ly tại nhà có các dấu hiệu chuyển nặng, Cơ sở quản lý người nhiễm COVID-19 tại nhà hướng dẫn, xử trí cấp cứu cho người bệnh, đồng thời liên hệ Tổ phản ứng nhanh phường, xã, thị trấn, quận, huyện, thành phố Thủ Đức để được hỗ trợ xử trí cấp cứu và chuyển người bệnh đến bệnh viện gần nhất.

Dấu hiệu chuyển nặng:

- Đối với người lớn: Khó thở biểu hiện bằng thở hụt hơi, thở nhanh trên 25 lần/phút, li bì, lừ đừ, tím tái môi, đầu chi, $SpO_2 < 94\%$.

- Đối với trẻ em: Thở nhanh theo tuổi (*1–5 tuổi: ≥ 40 lần/phút, 5-12 tuổi: ≥ 30 lần/phút, > 12 tuổi: ≥ 20 lần/phút)*, cánh mũi phập phồng, rút lõm lồng ngực, li bì, lờ đờ, bỏ bú/ăn uống, tím tái môi đầu chi, $SpO_2 < 95\%$ (nếu có đo).

LuatVietnam
Tiện ích văn bản luật

Phụ lục 2. HƯỚNG DẪN SỬ DỤNG THUỐC ĐIỀU TRỊ COVID-19 TẠI NHÀ CHO NGƯỜI TRÊN 18 TUỔI

(Kèm theo công văn số 8728/SYT-NVY ngày 23 tháng 11 năm 2021 của Sở Y tế)

Thuốc điều trị COVID-19 tại nhà gồm 03 gói (A, B, C): **Gói thuốc A** là những thuốc thông dụng bao gồm thuốc hạ sốt và thuốc nâng cao thể trạng; **Gói thuốc B** là thuốc kháng viêm và thuốc chống đông chỉ sử dụng trong tình huống đặc biệt; **Gói thuốc C** là thuốc kháng vi rút với liều dùng theo thuyết minh đề cương thử nghiệm lâm sàng đã được phê duyệt.

GÓI THUỐC A (dùng trong 07 ngày) cấp ngay cho F0 khi tiếp nhận thông tin.

1. **Paracetamol 500mg**

   Uống 01 viên khi sốt trên 38.5^{0}C, có thể lặp lại mỗi 04 giờ đến 06 giờ nếu vẫn còn sốt.

2. **Các loại vitamin (vitamin tổng hợp hoặc vitamin C)**

   Vitamin tổng hợp: uống ngày 01 lần, lần 01 viên.

HOẶC

Vitamin C 500mg : uống ngày 02 lần, sáng 01 viên, trưa 01 viên.

GÓI THUỐC B (chỉ dùng khi có chỉ định của bác sĩ theo Hướng dẫn chẩn đoán và điều trị COVID-19 tại Quyết định số 4689/QĐ-BYT ngày 06/10/2021 của Bộ Y tế)

Hướng dẫn người bệnh khi cảm thấy khó thở (thở hụt hơi, khó thở tăng lên khi vận động, nhịp thở khi nghỉ ngơi > 20 lần/phút hoặc đo SpO_2 < 96%) phải liên hệ ngay với bác sĩ để được tư vấn, hỗ trợ. Bác sĩ đánh giá tình trạng bệnh, nếu có chỉ định nhập viện, bác sĩ sẽ cho người bệnh sử dụng 01 liều duy nhất (gói B) trước khi chuyển viện.

3. **Dexamethasone 0,5mg** **x 12 viên**

   Uống 01 lần, 12 viên (tương đương 06 mg)

HOẶC

Methylprednisolone 16mg **x 01 viên**

Uống 01 lần, 01 viên.

4. **Rivaroxaban 10mg** **x 01 viên**

   Uống 01 lần, 01 viên.

HOẶC

Apixaban 2,5 mg **x 01 viên**

Uống 01 lần, 01 viên.

HOẶC

Dabigatran 220mg **x 01 viên**

Uống 01 lần, 01 viên.

LuatVietnam
Tiện ích văn bản luật

Lưu ý: *Thuốc số 3 và thuốc số 4* ***KHÔNG*** *sử dụng trong các trường hợp sau: Phụ nữ có thai và phụ nữ đang cho con bú, người có mắc một trong những bệnh (viêm loét dạ dày tá tràng, suy gan, suy thận, các bệnh lý dễ gây chảy máu đường tiêu hóa, đường tiết niệu và các bệnh lý dễ gây chảy máu khác).*

GÓI THUỐC C (dùng trong 05 ngày)

Đây là thuốc kháng vi rút được chỉ định đối với trường hợp F0 có triệu chứng nhẹ, thuốc này được Bộ Y tế cung cấp trong Chương trình can thiệp cộng đồng có kiểm soát.

5. Molnupiravir viên 200mg hoặc viên 400mg

Uống ngày 02 lần: sáng 800mg, chiều 800mg, uống 05 ngày liên tục.

Lưu ý:

- Các cơ sở y tế hướng dẫn cho người F0 ký phiếu chấp thuận tham gia Chương trình sử dụng thuốc Molnupiravir có kiểm soát tại cộng đồng cho người mắc COVID-19 nhẹ trước khi cấp phát.

- Thuốc số 5 ***KHÔNG*** *sử dụng trong trường hợp phụ nữ đang có thai hoặc có kế hoạch có thai, đang cho con bú.*

SỞ Y TẾ TP.HCM

LuatVietnam
Tiện ích văn bản luật

Phụ lục 3. HƯỚNG DẪN SỬ DỤNG GÓI THUỐC ĐIỀU TRỊ COVID-19 TẠI NHÀ CHO TRẺ EM TRÊN 1 TUỔI

(Kèm theo công văn số 8728 /SYT-NVY ngày 23 tháng 11 năm 2021 của Sở Y tế)

❖ **Hướng dẫn điều trị trẻ em mắc COVID-19 mức độ nhẹ tại nhà**

- Nằm phòng riêng.
- Áp dụng phòng ngừa chuẩn, đeo khẩu trang với trẻ ≥ 2 tuổi
- Điều trị triệu chứng:
  + Hạ sốt khi nhiệt độ ≥ 38.5^0 C: Paracetamol liều 10-15mg/kg/lần mỗi 6 giờ.
  + Thuốc điều trị ho: Ưu tiên dùng thuốc ho thảo dược.
- Uống nhiều nước.
- Đảm bảo dinh dưỡng: bú mẹ, ăn đầy đủ.
- Vệ sinh thân thể, răng miệng, mũi họng.
- Tập thể dục tại chỗ và tập thở ít nhất 15 phút/ngày (trẻ lớn).
- Theo dõi:

+ Đo thân nhiệt tối thiểu 2 lần/ngày hoặc khi cảm thấy trẻ sốt.

+ Đo SpO_2 (nếu có thiết bị) tối thiểu 2 lần/ngày hoặc khi cảm thấy trẻ mệt, thở nhanh/khó thở.

- Khai báo y tế hàng ngày qua ứng dụng "Y tế HCM" hoặc qua phiếu tự theo dõi sức khỏe, báo nhân viên y tế khi có dấu hiệu cảnh báo.

❖ **Hướng dẫn sử dụng gói thuốc trẻ em điều trị COVID-19 tại nhà (dùng trong 07 ngày):**

Độ tuổi trẻ em	Dạng thuốc	Liều thuốc mỗi lần
< 1 tuổi	Paracetamol bột 80mg	1 gói x 4 lần/ ngày
Từ 1 đến dưới 2 tuổi	Paracetamol bột 150mg	1 gói x 4 lần/ ngày
Từ 2 đến dưới 5 tuổi	Paracetamol bột 250mg	1 gói x 4 lần/ ngày
Từ 5 đến 12 tuổi	Paracetamol viên 325mg	1 viên x 4 lần/ ngày
Trên 12 tuổi	Paracetamol viên 500mg	1 viên x 4 lần/ ngày

*** Ghi chú:** Uống Paracetamol khi sốt trên 38.5^{0}C, có thể lặp lại mỗi 04 giờ đến 06 giờ nếu vẫn còn sốt.

❖ **Dấu hiệu cảnh báo:**

- Triệu chứng bất thường cần báo nhân viên y tế của Trạm y tế, Trạm y tế lưu động:
  - Sốt > 38^{0}C
  - Đau rát họng, ho
  - Tiêu chảy
  - Trẻ mệt, không chịu chơi
  - Tức ngực
  - Cảm giác khó thở
  - SpO_2 < 96% (nếu đo được)
  - Ăn/bú kém

LuatVietnam
Tiện ích văn bản luật

▪ Dấu hiệu chuyển nặng cần báo cấp cứu 115 hoặc đội phản ứng nhanh tại xã, phường để được cấp cứu tại nhà hoặc đưa trẻ đến bệnh viện ngay:

- Thở nhanh theo tuổi*
- Cánh mũi phập phồng
- Rút lõm lồng ngực
- Li bì, lờ đờ, bỏ bú/ăn uống
- Tím tái môi đầu chi
- SpO2 < 95% (nếu đo được)

* **Ghi chú:** Thở nhanh theo tuổi: Trẻ 1–5 tuổi: ≥ 40 lần/phút, 5-12 tuổi: ≥ 30 lần/phút, > 12 tuổi: ≥ 20 lần/phút.

SỞ Y TẾ TP.HCM

LuatVietnam
Tiện ích văn bản luật