

- Như Điều 5;
- Bộ trưởng (để báo cáo)
- Các Thứ trưởng (để phối hợp chỉ đạo);
- Bảo hiểm xã hội Việt Nam (để phối hợp);
- Công thông tin điện tử Bộ Y tế, website Cục QLKCB;
- Lưu: VT, KCB.

Nguyễn Trường Sơn

HƯỚNG DẪN

QUẢN LÝ NGƯỜI MẮC COVID-19 TẠI NHÀ

(Ban hành kèm theo Quyết định số 261/QĐ-BYT ngày 31 tháng 01 năm 2022 của Bộ trưởng Bộ Y tế)

DANH SÁCH BAN BIÊN SOẠN

“HƯỚNG DẪN QUẢN LÝ NGƯỜI MẮC COVID-19 TẠI NHÀ”

Chỉ đạo biên soạn	
PGS.TS. Nguyễn Trường Sơn	Thứ trưởng Bộ Y tế
Chủ biên	
PGS.TS. Lương Ngọc Khuê	Cục trưởng Cục Quản lý Khám, chữa bệnh – Bộ Y tế,
Đồng chủ biên	
PGS.TS. Nguyễn Lâm Hiếu	Giám đốc Bệnh viện Đại học Y Hà Nội
Tham gia biên soạn và thẩm định	
PGS.TS. Phạm Thị Ngọc Thảo	Phó Giám đốc Bệnh viện Chợ Rẫy
BsCKII. Nguyễn Trung Cấp	Phó Giám đốc Bệnh viện Bệnh nhiệt đới Trung ương
TS. Nguyễn Văn Vĩnh Châu	Phó Giám đốc Sở Y tế thành phố Hồ Chí Minh
BsCKII. Nguyễn Minh Tiến	Phó Giám đốc Bệnh viện Nhi đồng TP Hồ Chí Minh
TS. Nguyễn Trọng Khoa	Phó Cục trưởng Cục Quản lý Khám, chữa bệnh
TS. Vương Ánh Dương	Phó Cục trưởng Cục Quản lý Khám, chữa bệnh
PGS.TS. Đỗ Duy Cường	Giám đốc Trung tâm Bệnh nhiệt đới – Bệnh viện Bạch Mai
PGS.TS Lê Thị Anh Thư	Chủ tịch Hội Kiểm soát nhiễm khuẩn TP Hồ Chí Minh
BS. Bùi Nghĩa Thịnh	Trưởng khoa Hồi sức tích cực – BV Quận Thủ Đức TP Hồ Chí Minh
ThS. Vũ Quang Hiếu	Chuyên gia Văn Phòng Tổ chức Y tế thế giới tại Việt Nam
TS. Dương Huy Lương	Trưởng phòng Quản lý chất lượng – Chỉ đạo tuyến – Cục QLKCB
ThS. Nguyễn Thị Thanh Ngọc	Phụ trách phòng Nghiệp vụ - Thanh tra - Bảo vệ sức khỏe cán bộ, Cục QLKCB
ThS. Hà Thị Kim Phượng	Trưởng phòng Điều dưỡng – Dinh dưỡng và Kiểm soát nhiễm khuẩn – Cục QLKCB – Bộ Y tế
TS. Tạ Anh Tuấn	Trưởng khoa Điều trị tích cực Nội khoa – BV Nhi trung ương
BsCKII. Đỗ Châu Việt	Trưởng khoa Nhiễm – Bệnh viện Nhi đồng 2 TP Hồ Chí Minh
BsCKII. Dư Tuấn Quy	Trưởng khoa Nhiễm-Thần kinh – Bệnh viện Nhi đồng 1 TP HCM

BSCKII. Bùi Nguyễn Thành Long	Phó Trưởng phòng Nghiệp vụ Y - Sở Y tế TP Hồ Chí Minh
TS. Nguyễn Quốc Thái	Trung tâm Bệnh nhiệt đới – Bệnh viện Bạch Mai
ThS. Trương Lê Vân Ngọc	Phó trưởng phòng Nghiệp vụ - Thanh tra - Bảo vệ sức khỏe cán bộ, Cục QLKCB - Bộ Y tế
ThS. Cao Đức Phương	Chuyên viên phòng Nghiệp vụ - Thanh tra - Bảo vệ sức khỏe cán bộ, Cục QLKCB - Bộ Y tế
Thư ký biên soạn	
TS. Nguyễn Quốc Thái	Trung tâm Bệnh nhiệt đới – Bệnh viện Bạch Mai
ThS. Trương Lê Vân Ngọc	Phó trưởng phòng Nghiệp vụ - Thanh tra - Bảo vệ sức khỏe cán bộ, Cục QLKCB - Bộ Y tế
DS. Đỗ Thị Ngát	Chuyên viên Cục QLKCB - Bộ Y tế

HƯỚNG DẪN

QUẢN LÝ NGƯỜI MẮC COVID-19 TẠI NHÀ

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 quận, 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 quận, huyện, thị xã.

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; SpO₂ > 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 số 01).

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, SpO2 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 ≥ 20 lần/phút
- Trẻ từ 1 đến dưới 5 tuổi: Nhịp thở: ≥ 40 lần/phút,
- Trẻ từ 5 – dưới 12 tuổi: nhịp thở: ≥ 30 lần/phút

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

3) SpO2 $\leq 96\%$ (trường hợp phát hiện chỉ số SpO2 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) Mặc 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

Theo hướng dẫn của Bộ Y tế và quy định của địa phương

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 (Phụ lục số 02); 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 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: > 38,50C 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: > 38,50C, 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.

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 trong Phụ lục số 03 ban hành kèm theo Quyết định này.

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 chuyên gia y tế 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-10 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.

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 hoặc Trung tâm vận chuyển cấp cứu 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.