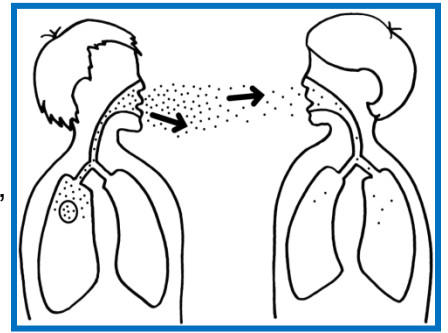


Cách Ly ở Nhà cho Bệnh Lao (TB)

Quý vị hiện bị bệnh lao phổi hay cổ họng. Quý vị có thể làm lây lan vi trùng lao qua không khí cho người khác khi quý vị ho, hắt hơi, nói chuyện, cười, hay ca hát.

Bệnh lao không lan truyền bằng cách dùng chung thìa hay nĩa, ao quần, chăn màn, đồ đạc, đồ dung vệ sinh, hay bắt tay.



Các ly ở Nhà

Y tá Sức khỏe Cộng đồng của quý vị đã chỉ dẫn quý vị ở nhà trong thời gian quý vị có thể lây lan. Điều này được gọi là cách ly ở nhà. Cách ly ở nhà rất quan trọng để phòng lây lan bệnh lao và để bảo vệ người khác. Cách ly ở nhà cũng cho cơ thể quý vị thời gian để thuốc men hoạt động hiệu quả để quý vị không bị lây lan nữa.

Y tá Y tế Cộng đồng của quý vị sẽ thường xuyên kiểm tra xem quý vị ra sao. Quý vị sẽ được yêu cầu cho mẫu đờm để xác định quý vị có còn bị lây nhiễm không. Khi mẫu đờm của quý vị không còn chứa vi trùng lao, y tá của quý vị sẽ nói cho quý vị không cách ly nữa để trở lại các hoạt động bình thường.

Hãy bảo vệ gia đình quý vị và người khác

- ✓ Ở nhà. Trong thời gian quý vị tách ly ở nhà, quý vị không được đi đến nơi làm việc, nhà trường hay nơi thờ phụng.
- ✓ Chỉ những người nào đã sống với quý vị lúc quý vị được chẩn đoán mắc bệnh lao mới có thể sống với quý vị lúc quý vị lây nhiễm.
- ✓ Trẻ dưới 5 tuổi sống với quý vị phải được tiêm phòng lao cho đến khi trẻ được thử lao qua da lần cuối cùng. Cơ thể của trẻ chưa đủ mạnh để chống lại vi trùng lao. Thuốc men sẽ bảo vệ trẻ khỏi bị bệnh.
- ✓ Mở cửa sổ của mình ra. Điều này sẽ giúp đưa vi trùng lao ra khỏi nhà.
- ✓ Khi quý vị ho hay hắt hơi, hãy che miệng lại và mũi lại bằng khăn giấy hay tay áo.



- ✗ **Không** mời khách khứa đến nhà hay đến thăm người khác.
- ✗ **Không** đến nơi công cộng (ví dụ: nơi làm việc, trường học, thư viện, nơi thờ phụng, ngân hàng, trung tâm cộng đồng, nhà hàng, quán cà phê, rạp chiếu phim, cửa hàng tạp hóa, và cửa hàng mua sắm).
- ✗ **Không** dùng phương tiện công cộng (ví dụ: xe buýt, xe điện ngầm, tàu hỏa, máy bay, và thuyền).



Lời khuyên Cách ly Ở nhà

- ✓ **Nên** liên lạc với gia đình và bạn bè – dùng điện thoại hay máy tính để nói chuyện với họ. Điều này có thể giúp chống chọi với sự cô đơn rất nhiều.
- ✓ **Nên** nhờ một người nhà hay người bạn mua hàng hóa hay thức ăn cho quý vị.
- ✓ **Nên** đi ra ngoài trên ban-công, sân sau, hay đi bộ quãng ngắn. Nhiều người cảm thấy khỏe hơn khi đi ra ngoài một lúc ngắn. Khi quý vị ở ngoài, quý không cần phải đeo khẩu trang, nhưng tránh xa những người khác.
- ✓ **Nên** mang khẩu trang khi quý vị gặp Nhà Chăm sóc Dịch vụ Sức khỏe hay đi xét nghiệm lao. Nếu quý vị đi taxi đến chỗ quý vị hẹn, mang khẩu trang và mở cửa sổ. Nhớ không dùng phương tiện công cộng trong lúc quý vị đang nhiễm.
- ✓ **Nên** dời lại lịch hẹn hay cuộc gặp mặt nào đến một thời gian sau này khi quý vị không còn lây nhiễm nữa.
- ✓ **Nên** báo ngay với nhân viên xe cứu thương hay nhân viên phòng cấp cứu là quý vị bị bệnh lao nếu quý vị cần trợ giúp khẩn cấp và cần đi đến bệnh viện.

Yêu cầu Y tá Y tế Cộng đồng hay nhân viên DOT nếu quý vị cần giúp đỡ bất kỳ điều gì ở trên.

Thời gian Cách ly ở nhà

Thời gian cách ly ở nhà khác nhau theo từng người. Y tá Y tế Cộng đồng của quý vị sẽ nói cho quý vị không cách ly nữa và trở lại các hoạt động bình thường. Thông thường, điều này dựa vào các kết quả thử đàm, khả năng dung nạp thuốc trong 2 tuần, và tùy quý vị có cảm thấy khỏe hơn không.

Cho dù lúc quý vị cảm thấy khỏe hơn, điều quan trọng là tiếp tục dùng tất cả các thuốc lao như được Nhà Chăm sóc Y tế chỉ dẫn. Điều này sẽ giúp giết các vi trùng lao và chữa được bệnh lao cho quý vị!

Nếu quý vị có bất kỳ thắc mắc hay quan ngại nào về cách ly tại nhà, hãy trao đổi với Y tá Cộng đồng hay nhân viên DOT.