



Hướng dẫn chăm sóc bệnh nhân COVID-19

Created in 2020.12
Vietnam vision in 2024.09

I. COVID-19 là gì

Vào ngày 11 tháng 2 năm 2020, Tổ chức Y tế Thế giới (WHO) đã đặt tên cho căn bệnh do vi rút Corona mới gây ra là COVID-19. Ở nước ta, căn bệnh này được xếp vào loại bệnh truyền nhiễm thứ tư đặc biệt nghiêm trọng, gọi là “viêm phổi truyền nhiễm nặng”. Đây là bệnh do virus SARS-CoV-2 gây ra, biểu hiện chủ yếu là các triệu chứng về đường hô hấp như nghẹt mũi, sổ mũi, ho, sốt, khó thở, tiêu chảy.

II. Đường lây truyền

- (i) Lây truyền qua giọt bắn: Khi người nhiễm bệnh ho, hắt hơi hoặc nói chuyện, virus sẽ được phát tán qua các giọt bắn trong không khí. Những giọt bắn này có thể được hít vào đường hô hấp của người khỏe mạnh, đây là con đường lây truyền chính.
- (ii) Lây truyền qua tiếp xúc: Bao gồm tiếp xúc trực tiếp với người nhiễm bệnh hoặc tiếp xúc với bề mặt hoặc vật thể mà người nhiễm bệnh đã chạm vào (gọi là tiếp xúc gián tiếp). Nếu tiếp xúc với dịch cơ thể, mắt của người nhiễm bệnh hoặc virus trên bề mặt, sau đó chạm vào miệng, mũi hoặc mắt của chính mình, cũng có thể gây nhiễm bệnh.
- (iii) Lây truyền qua không khí: Trong một số tình huống cụ thể, đặc biệt là trong không gian kín và thông gió kém, virus có thể truyền qua các hạt aerosol nhỏ trong không khí, loại lây truyền này được gọi là lây truyền qua không khí.
- (iv) Lây truyền qua phân-miệng: Mặc dù không phải là con đường lây truyền chính, virus có thể tồn tại trong phân của người nhiễm bệnh, và có thể truyền qua tiếp xúc với các vật thể hoặc thực phẩm bị ô nhiễm.

III. Thời gian ủ bệnh

Thông thường là từ 2 đến 14 ngày sau khi nhiễm, phần lớn thời gian ủ bệnh là khoảng 5 đến 6 ngày. Ngay cả trong thời gian ủ bệnh, người nhiễm có thể không có triệu chứng hoặc chỉ có triệu chứng nhẹ, nhưng vẫn có khả năng truyền virus.

IV. Cách chẩn đoán

- (i) Xét nghiệm axit nucleic (RT-PCR): Xét nghiệm bằng phương pháp phản ứng chuỗi polymerase thời gian thực (RT-PCR) trên mẫu dịch họng hoặc mẫu đường hô hấp sâu. Phương pháp này có thể phát hiện vật chất di truyền của

- virus (RNA), từ đó xác nhận người nhiễm có mắc COVID-19 hay không.
- (ii) Xét nghiệm kháng nguyên: Xét nghiệm protein kháng nguyên của virus trong mẫu của bệnh nhân. Xét nghiệm này thường nhanh hơn xét nghiệm axit nucleic nhưng độ nhạy thấp hơn, đặc biệt là trong những ngày đầu khi triệu chứng bắt đầu.
 - (iii) Xét nghiệm kháng thể (xét nghiệm huyết thanh): Xét nghiệm máu để xác định sự hiện diện của kháng thể, thường không dùng để chẩn đoán sớm vì kháng thể có thể chưa xuất hiện trong giai đoạn đầu của nhiễm bệnh.

V. Biểu hiện lâm sàng

Các triệu chứng chính bao gồm sốt, ho và khó thở. Một số bệnh nhân có thể xuất hiện thêm triệu chứng tiêu hóa như buồn nôn, nôn mửa, tiêu chảy. X-quang ngực thường phát hiện viêm phổi, một số ca nghiêm trọng có thể xuất hiện suy thận cấp, viêm màng ngoài tim, rối loạn đông máu nội mạch lan tỏa và các biến chứng khác.

VI. Các yếu tố nguy cơ nghiêm trọng

Tuổi từ 65 trở lên, ung thư, bệnh tiểu đường, bệnh thận mãn tính, bệnh tim mạch (không bao gồm cao huyết áp), bệnh phổi mãn tính (bệnh mô kẽ phổi, tắc mạch phổi, tăng huyết áp phổi, giãn phế quản, bệnh phổi tắc nghẽn mạn tính), bệnh lao, bệnh gan mãn tính (xơ gan, gan nhiễm mỡ không do rượu, bệnh gan do rượu và viêm gan tự miễn), người hút thuốc, chỉ số BMI ≥ 30 (hoặc BMI của trẻ em và thanh thiếu niên từ 12–17 tuổi vượt quá 95% so với cùng lứa tuổi), thai kỳ (hoặc trong 6 tuần sau sinh), bệnh ảnh hưởng đến chức năng miễn dịch (nhiễm HIV, suy giảm miễn dịch bẩm sinh, sử dụng corticosteroid hoặc các thuốc ức chế miễn dịch khác), vị trí xã hội kinh tế thấp, thiếu chăm sóc y tế phù hợp, sống hoặc làm việc ở khu vực đông dân cư, thiếu biện pháp bảo vệ cá nhân phù hợp, v.v.

VII. Phương pháp điều trị

- (i) Điều trị hỗ trợ: Đối với bệnh nhân có triệu chứng nhẹ và trung bình, chủ yếu bao gồm nghỉ ngơi, uống đủ nước, dinh dưỡng hợp lý, và sử dụng thuốc hạ sốt và thuốc giảm ho khi cần để làm giảm triệu chứng.
- (ii) Điều trị oxy: Đối với bệnh nhân phát triển thành dạng nặng, đặc biệt là khi gặp khó thở và giảm oxy trong máu, có thể cần điều trị bằng oxy, thậm chí là sử dụng máy thở (như máy thở) để hỗ trợ hô hấp.
- (iii) Điều trị kháng virus: Các thuốc hiện đang được sử dụng để điều trị COVID-19, chẳng hạn như Remdesivir, Paxlovid, Molnupiravir, có thể ức chế sự sao chép của virus, giúp giảm lượng virus và thời gian nhiễm bệnh.
- (iv) Điều trị điều chỉnh miễn dịch: Một số bệnh nhân có thể nhận điều trị điều chỉnh miễn dịch, chẳng hạn như corticosteroid hoặc Tocilizumab, để chống viêm, giảm căng thẳng, chống dị ứng, kiểm soát natri và cân bằng chất lỏng,

điều chỉnh chuyển hóa protein và lipid.

VIII. Lưu ý trong sinh hoạt hàng ngày

- (i) Trong thời gian bệnh, nên nghỉ ngơi tại nhà, đo nhiệt độ hai lần mỗi ngày (sáng và tối), ghi chép chi tiết nhiệt độ, tình trạng sức khỏe và lịch sử hoạt động, và đeo khẩu trang y tế, tránh ra ngoài, đồng thời giữ khoảng cách tối thiểu 1 mét với người khác.
- (ii) Khi khẩu trang bị dính dịch cơ thể, nên thay ngay và gấp lại trước khi bỏ vào thùng rác.
- (iii) Duy trì vệ sinh tay, giữ thói quen rửa tay thường xuyên, có thể sử dụng xà phòng và nước hoặc dung dịch rửa tay khô có cồn để làm sạch tay.
- (iv) Cố gắng không chạm tay trực tiếp vào mắt, mũi và miệng. Nếu tay đã tiếp xúc với dịch hô hấp, hãy rửa tay thật kỹ bằng xà phòng và nước.
- (v) Vệ sinh môi trường có thể tự làm dung dịch khử trùng để sử dụng trong gia đình. Ví dụ, với nước tẩy trắng bán trên thị trường có chứa 5% sodium hypochlorite, nên pha loãng 1 ml nước tẩy trắng với 100 ml nước lạnh (tức là pha loãng tỷ lệ 1:100), dung dịch đã pha có hiệu quả sát khuẩn trong vòng 24 giờ.
- (vi) Nếu lo lắng về khí độc của nước tẩy trắng, người có dị ứng đường hô hấp nên rời khỏi khu vực khi khử trùng và mở cửa để thông gió. Sau 10 phút khử trùng, hãy rửa hoặc lau chùi bằng nước sạch để giảm kích ứng da.
- (vii) Không cần khử trùng diện rộng, chỉ cần tập trung vào các vật dụng hoặc bề mặt đồ đạc thường xuyên tiếp xúc trong nhà, như tay nắm cửa, mặt bàn, đồ chơi trẻ em, v.v., là đủ.
- (viii) Tuân thủ chính sách tiêm vắc-xin COVID-19 để nâng cao khả năng bảo vệ bản thân.
- (ix) Nếu xuất hiện triệu chứng như sốt, ho hoặc khó thở, có thể tự kiểm tra nhanh kháng nguyên. Nếu cần thiết, hãy đến cơ sở y tế để điều trị. Không sử dụng phương tiện công cộng và ra ngoài cần đeo khẩu trang, đồng thời tuân theo cơ chế phân luồng khám bệnh của bệnh viện.

Sau khi xuất viện, vui lòng làm theo hướng dẫn của bác sĩ và quay lại tái khám đúng giờ. Nếu có thắc mắc, vui lòng hỏi họ bất cứ lúc nào. Nhân viên điều dưỡng rất nhiệt tình hỗ trợ. Chúng tôi rất vui được phục vụ bạn; nếu bạn có bất kỳ thắc mắc nào sau khi xuất viện, bạn có thể sử dụng đường dây nóng tư vấn sức khỏe của Bệnh viện Mackay Memorial: Đài Bắc/Tamsui Macai/Nhi khoa (02)25713760, Hsinchu Macai/Nhi khoa (03)5745098, Taitung Macai(089)310150 số máy lẻ 311. Giờ tư vấn: Thứ Hai đến Thứ Sáu, 9:00~12:00 sáng, 2:00~5:00 chiều.

Chúc các bạn bình an và sức khỏe