



BAN CHỈ ĐẠO QUỐC GIA
VẬN ĐỘNG HIẾN MÁU TÌNH NGUYỆN
VĂN PHÒNG THƯỜNG TRỰC

HỎI - ĐÁP

VỀ HIẾN MÁU AN TOÀN VÀ PHÒNG, CHỐNG DỊCH BỆNH COVID-19

(Lưu hành nội bộ)



*An toàn cho người hiến máu
An toàn cho người bệnh nhận máu
An toàn cho nhân viên y tế*

“Hiến máu an toàn - ĐỪNG NGẠI COVID”

Hà Nội, năm 2021



**BAN CHỈ ĐẠO QUỐC GIA
VẬN ĐỘNG HIẾN MÁU TÌNH NGUYỆN
VĂN PHÒNG THƯỜNG TRỰC**

HỎI - ĐÁP
VỀ HIẾN MÁU AN TOÀN VÀ
PHÒNG, CHỐNG DỊCH BỆNH COVID-19
(Lưu hành nội bộ)

An toàn cho người hiến máu
An toàn cho người bệnh nhận máu
An toàn cho nhân viên y tế

“Hiến máu an toàn - ĐỪNG NGẠI COVID”

Hà Nội, năm 2021

Chủ biên

BS. Lê Gia Tiến

Chánh Văn phòng Ban Chỉ đạo quốc gia
vận động hiến máu tình nguyện

Nhóm biên soạn

BS. Lê Gia Tiến

BS. CKII. Phạm Tuấn Dương

TS. BS. Trần Ngọc Quế

TS. BS. Ngô Mạnh Quân

ThS. Nguyễn Văn Nhữ

ThS. Phạm Thị Quyên

ThS. Nguyễn Duy Ngọc

ThS. Lê Thanh Hằng

LỜI NÓI ĐẦU

Năm 2021, dịch bệnh COVID-19 tiếp tục diễn biến phức tạp tại nhiều địa phương trong cả nước, đã ảnh hưởng lớn đến công tác tuyên truyền, vận động và tiếp nhận máu phục vụ cho cấp cứu và điều trị bệnh nhân tại các cơ sở y tế. Để cung cấp thông tin, kiến thức về hiến máu an toàn và phòng, chống dịch bệnh, cũng như tiếp tục đảm bảo công tác hiến máu tình nguyện không bị gián đoạn trong thời gian ứng phó dịch bệnh, thiên tai, thảm họa, Văn phòng Ban Chỉ đạo quốc gia vận động hiến máu tình nguyện phối hợp với Viện Huyết học - Truyền máu Trung ương bổ sung, chỉnh sửa và tái bản cuốn tài liệu Hỏi - Đáp về hiến máu an toàn và phòng chống dịch bệnh COVID-19.

Các nội dung trong cuốn tài liệu này được thiết kế dưới dạng hỏi - đáp về những vấn đề liên quan đến đảm bảo an toàn cho đơn vị tổ chức hiến máu và người tham gia hiến máu tình nguyện để phòng, chống dịch bệnh.

Hy vọng cuốn tài liệu này không chỉ cung cấp thông tin hữu ích đảm bảo an toàn cho cán bộ, nhân viên y tế và tình nguyện viên tham gia các hoạt động hiến máu tình nguyện mà còn là tài liệu truyền thông hiệu quả về hiến máu an toàn; phòng, chống dịch bệnh COVID-19.

Trong quá trình sử dụng, Nhóm biên soạn mong muốn tiếp tục nhận được ý kiến đóng góp để cập nhật chỉnh sửa, bổ sung và hoàn thiện trong các lần tái bản sau.

Xin trân trọng giới thiệu!

Hà Nội, năm 2021

NHÓM BIÊN SOẠN



HỎI - ĐÁP

1. Tại sao khi dịch bệnh COVID-19 xảy ra, vẫn không thể trì hoãn tổ chức các hoạt động hiến máu tình nguyện?

Khi xảy ra dịch bệnh truyền nhiễm, đặc biệt là đại dịch COVID-19, công tác



đảm bảo nguồn người hiến máu và cung cấp máu ở tất cả các nước trên thế giới đều bị ảnh hưởng và gặp nhiều khó khăn, trong khi người bệnh vẫn luôn cần được truyền máu. Do đó, để cung cấp đủ máu cho cấp cứu và điều trị bệnh nhân trong thời gian ứng phó dịch bệnh, hoạt động hiến máu tình nguyện vẫn phải duy trì để đảm bảo nguồn cung cấp máu và đồng thời phải đảm bảo các biện pháp phòng, chống dịch bệnh, an toàn cho người tham gia hiến máu tình nguyện, tình nguyện viên và cán bộ, nhân viên y tế tổ chức tiếp nhận máu. Cần duy trì việc đảm bảo an toàn, an ninh máu cho quốc gia khi dịch bệnh xảy ra tại cộng đồng, chưa được kiểm soát, đảm bảo đáp ứng nhu cầu máu cho cấp cứu và điều trị cho bệnh nhân cần truyền máu.

2. Làm thế nào tổ chức tiếp nhận máu an toàn cho người hiến máu, nhân viên y tế và người được nhận máu?

Cả cơ sở y tế và người hiến máu cùng thực hiện nghiêm túc các biện pháp phòng dịch theo đúng quy định. Cụ thể:



- Tất cả mọi người thực hiện 5K (khẩu trang, khử khuẩn, khai báo y tế, khoảng cách, không tập trung), đeo khẩu trang đúng cách.

- Cài đặt ứng dụng trên điện thoại thông minh để cập nhật khai báo y tế và truy vết tiếp xúc (Chính phủ và các chuyên gia dịch tễ khuyến cáo mọi người sử dụng ứng dụng Bluezone).

- Người hiến máu khai báo y tế đầy đủ và trả lời trung thực các câu hỏi về tình trạng sức khỏe và nguy cơ lây nhiễm COVID-19.

- Người hiến máu được đo thân nhiệt (nhiệt độ) ngay khi đến địa điểm hiến máu.

- Bố trí dung dịch rửa tay nhanh hoặc có chỗ rửa tay bằng nước sạch và xà phòng ở các khu vực thuận tiện cho người hiến máu. Người hiến máu,



nhân viên y tế và những người có liên quan cần rửa tay thường xuyên bằng xà phòng hoặc sát khuẩn tay bằng dung dịch sát khuẩn nhanh chứa cồn (ít nhất 70°C).

- Điểm hiến máu được bố trí ở không gian rộng rãi; các ghế lấy máu cũng được kê cách xa nhau hơn; được phun khử khuẩn thường xuyên ngay sau khi kết thúc buổi hiến máu.



- Sát khuẩn quả bóp, các dụng cụ thường xuyên; các bề mặt, bàn, ghế được vệ sinh định kỳ; Hạn chế tiếp xúc với các bề mặt: sử dụng giấy lót ở các vị trí có nhiều người tiếp xúc như vị trí kê tay của người hiến máu, quả bóp ...



3. Đơn vị tổ chức hiến máu cần làm gì để đảm bảo không tập trung đông người cùng một thời điểm hiến máu?

- Kéo dài thời gian hiến máu cả ngày. Nếu dự kiến số lượng lớn, xem xét tổ chức hiến máu thành nhiều ngày hoặc ở nhiều địa điểm.

- Phân bố thời gian, sắp xếp để người đến tham gia hiến máu rải đều trong toàn bộ thời gian hoạt động tại các điểm hiến máu ...



- Tổ chức hiến máu ở khu vực rộng rãi, thoáng khí; đảm bảo khoảng giãn cách giữa các cá nhân tại khu vực tổ chức hiến máu.

- Trì hoãn người hiến máu (nếu cần) khi tiên lượng có quá đông người hiến máu đến cùng một thời điểm.

4. Điểm hiến máu như thế nào để đảm bảo công tác phòng chống dịch bệnh COVID-19?

- Sắp xếp quy trình tiếp nhận máu 1 chiều: từ lúc bắt đầu đến khi rời khỏi điểm hiến máu.

- Mở các cửa ra vào, cửa sổ, thông gió, tránh không khí tù đọng. Duy trì nhiệt độ trong khu vực hiến máu không thấp hơn 26°C.



- Vệ sinh sạch sẽ phòng lấy máu, các bề mặt, bàn, ghế, tay nắm cửa, tay vịn cầu thang trước buổi hiến máu và định kỳ trong buổi hiến máu; Nên

phun khử khuẩn trước khi diễn ra hoạt động hiến máu.

5. Đơn vị tổ chức hiến máu cần cung cấp những thông tin gì cho cá nhân, nhân viên y tế và người hiến máu?

- Phổ biến, giám sát đảm bảo cho mọi cá nhân, nhân viên y tế, người hiến máu đeo khẩu trang



đúng quy cách, cài đặt ứng dụng truy vết tiếp xúc và quét QR code checkin ở các địa điểm công cộng cũng như khi tham gia hiến máu.

- Rà soát, cập nhật danh sách người đăng ký hiến máu để đảm bảo đúng tiêu chuẩn sức khỏe hiến máu.

- Cung cấp thông tin phù hợp để người hiến máu có khả năng tự kiểm tra, tự trì hoãn, không đến điểm hiến máu, nếu tự phát hiện có các yếu tố nguy cơ như mới về từ nước ngoài, vùng có dịch, có tiếp xúc gần với người có nguy cơ hoặc đã mắc bệnh, hiện không khỏe hoặc có các triệu chứng như: sốt, ho, khó thở, đau đầu, các dấu hiệu cảm cúm ...

- Cung cấp địa chỉ liên hệ, số điện thoại để người hiến máu có thể liên hệ tư vấn trước khi tham gia hiến máu, cũng như thông báo những nguy cơ lây nhiễm COVID-19 sau khi hiến máu.



6. Đơn vị tiếp nhận máu cần làm gì để dự phòng nguy cơ nhân viên y tế bị nhiễm SARS-CoV-2?

- Phân các kíp (đội) nhân viên tiếp nhận máu hoạt động độc lập, không tiếp xúc trong công việc và sinh hoạt hàng ngày.

- Kiểm soát, phát hiện sớm, cách ly ngay nhân viên và kíp có liên quan khi có dấu hiệu nguy cơ nhiễm bệnh SARS-CoV-2; Phun khử trùng, khử khuẩn các khu vực có liên quan đến nhân viên bị nhiễm COVID-19 theo hướng dẫn của Bộ Y tế.

- Chỉ các nhân viên và kíp nhân viên tiếp nhận máu đảm bảo an toàn được tiếp xúc với người hiến máu.

- Tất cả nhân viên y tế khi đi làm việc đều phải sử dụng các biện pháp đảm bảo an toàn và không lây nhiễm COVID-19 cho mình, cho cộng đồng như: đeo khẩu trang, mặt nạ chống giọt bắn, sử dụng quần áo bảo hộ, găng tay y tế ...

- Định kỳ hàng tuần các nhân viên y tế được làm xét nghiệm sàng lọc SARS-CoV-2.

- Bố trí tình nguyện viên hỗ trợ công tác đón tiếp, phân luồng và chăm sóc người hiến máu, cũng như duy trì các

quy định phòng chống dịch bệnh COVID-19. Tổ chức kiểm soát thân nhiệt, khám tuyến, tư vấn, tiếp nhận hiến máu và chăm sóc an toàn cho người hiến máu.



- Tổ chức địa điểm tiếp nhận máu rộng rãi, thoáng khí, sạch sẽ và thực hiện được các biện pháp giãn cách.

- Phối hợp với đơn vị tổ chức đảm bảo giãn cách an toàn cho nhân viên y tế và người hiến máu.



7. Các trung tâm huyết học, bệnh viện nơi tiếp nhận máu cần làm gì khi có ca nhiễm COVID-19 tại địa điểm tiếp nhận?

- Khi phát hiện được bất kỳ dấu hiệu nguy cơ (có một trong các triệu chứng nghi ngờ, có nguy cơ do tiếp xúc với

người nhiễm, đi từ khu vực đang được cách ly/giãn cách xã hội, đang trong giai đoạn được yêu cầu cách ly, ...); cần nhanh chóng báo cho cán bộ phụ trách đội tiếp nhận máu và cơ quan kiểm soát dịch bệnh địa phương để cách ly tạm thời người hiến máu, lấy mẫu làm xét nghiệm sàng lọc và bàn giao cho cơ quan y tế địa phương.

- Tất cả những người đã từng tiếp xúc với người có nguy cơ cần được lập danh sách, cách ly tạm thời báo cáo với Lãnh đạo đơn vị để thực hiện các yêu cầu dự phòng bổ sung phù hợp với mức độ nguy cơ theo quy định.

8. Khi nào thì người hiến máu có thể đăng ký tham gia hiến máu và lưu ý trong bối cảnh dịch bệnh COVID-19?

- Người hiến máu chỉ đăng ký tham gia hiến máu khi: Cảm thấy thực sự khỏe mạnh và không có các nguy cơ lây nhiễm các bệnh tật.

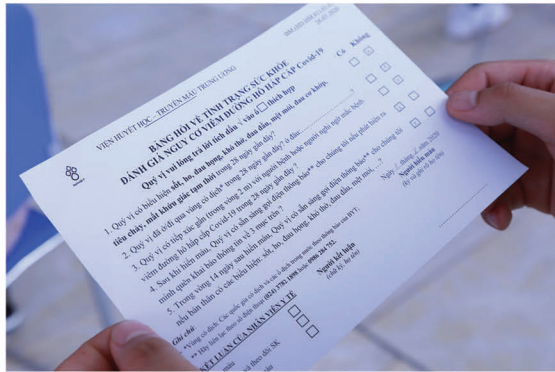
- Đáp ứng các quy định về tuổi (18 đến 60 tuổi), cân nặng (42 kg trở lên với nữ, 45 kg trở lên với nam), khoảng cách giữa 2 lần hiến máu toàn phần là 12 tuần và giữa 2 lần hiến máu tiểu cầu là 2 - 3 tuần.

- Đeo khẩu trang khi đi hiến máu, rửa tay bằng xà



phòng hoặc dung dịch sát khuẩn nhanh có cồn trước khi đăng ký hiến máu, thực hiện theo hướng dẫn của cán bộ, nhân viên y tế và tình nguyện viên tại điểm hiến máu.

- Thực hiện khai báo y tế theo quy định, đọc kỹ và trả lời trung thực các câu hỏi trong phiếu đăng ký hiến máu và khai báo y tế về nguy cơ lây nhiễm COVID-19.

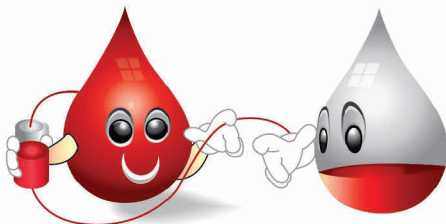


- Thông báo kịp thời cho đơn vị tiếp nhận máu về các triệu chứng lâm sàng như ho, sốt, khó thở... mới xuất hiện trong vòng 28 ngày sau khi hiến máu hoặc nhớ ra các nguy cơ tiếp xúc trước đó.

9. Người KHÔNG hiến máu và KHÔNG đến địa điểm tổ chức hiến máu khi nào?

- Đã được chẩn đoán nhiễm COVID-19. Chỉ hiến máu sau tối thiểu 28 ngày tính từ thời điểm được xét nghiệm khẳng định không còn nhiễm COVID-19.

- Xuất hiện một hoặc nhiều dấu hiệu, triệu chứng như: sốt, ho, khó thở, tiêu chảy, ... Chỉ hiến máu sau tối thiểu 28 ngày tính từ thời điểm không còn các triệu chứng trên.



- Có tiếp xúc gần (trong vòng 2 mét) với người bệnh hoặc người

nghi ngờ mắc bệnh COVID-19. Chỉ hiển máu sau tối thiểu 28 ngày tính từ thời điểm có tiếp xúc lần cuối, cũng như không có triệu chứng lâm sàng sốt, ho, khó thở, tiêu chảy ...

- Có tiền sử mới về từ nước ngoài, từ các địa bàn cách ly/giãn cách xã hội phòng chống dịch (các khối nhà, tuyến đường, phố, phường, xã, thị trấn ...) theo thông báo của Bộ Y tế hoặc Cơ quan y tế địa phương. Chỉ hiển máu sau tối thiểu 28 ngày tính từ ngày cuối cùng rời khỏi vùng dịch, khu vực cách ly.

- Kịp thời thông báo cho cơ sở y tế tiếp nhận máu, nếu sau hiển máu có các diễn biến bất thường về sức khỏe như sốt, ho, khó thở, đau đầu, ... hoặc có những phản ánh, góp ý về công tác tổ chức hiển máu.

10. Đeo và tháo khẩu trang như thế nào là đúng cách?

Tổ chức Y tế Thế giới cảnh báo có 3 con đường cơ bản lây nhiễm SARS-CoV-2, đó là lây truyền trực tiếp qua việc tiếp xúc không bảo vệ với giọt tiết mũi họng khi nói, ho, hắt hơi, sổ mũi; lây nhiễm gián tiếp qua bề mặt trung gian nhiễm vi rút và qua không khí.

Vì thế, đối với người chưa bị bệnh, việc đeo khẩu trang là biện pháp ngăn chặn giọt bắn chứa vi rút xâm nhập vào đường hô hấp của chính mình. Còn với người đã nhiễm vi rút,



thì đeo khẩu trang có tác dụng ngăn ngừa phát tán của vi rút ra ngoài môi trường. Trong trường hợp này, nếu không đeo khẩu trang, giọt tiết mũi họng chứa vi rút có thể bắn ra xa, lơ lửng trong không khí, gây nguy hiểm cho những người xung quanh.

- Tránh đeo khẩu trang ngược mặt: Đối với khẩu trang y tế, đeo mặt có màu sẫm hơn ra ngoài, mặt có màu nhạt hơn hướng vào trong, kẹp viền mũi ở phía trên. Khi đeo phải che kín cả mũi lẫn miệng.

- Không dùng tay sờ vào bề mặt khẩu trang.

- Không bỏ khẩu trang khi nói chuyện, khi ho, hắt hơi ...

- Khi tháo khẩu trang chỉ cầm vào dây đeo qua tai để tháo.

Không sử dụng khẩu trang bẩn: Đối với khẩu trang y tế, chỉ sử dụng 1 lần rồi bỏ vào thùng rác an toàn, có nắp đậy. Đối với khẩu trang vải, nên giặt khẩu trang hằng ngày bằng xà phòng.

11. Cách sử dụng các loại khẩu trang?

- Hầu hết các loại khẩu trang như khẩu trang y tế, khẩu trang 3M, khẩu trang vải, ... đều có thể ngăn giọt bắn từ những người xung quanh như ho, hắt hơi, khạc nhổ...

- Khuyến cáo: người dân có thể sử dụng khẩu trang



vải hoặc khẩu trang y tế thông thường; chỉ đối với người chăm sóc, điều trị bệnh nhân và những người đi vào ổ dịch mới cần thiết phải sử dụng khẩu trang N95 và các loại khẩu trang chuyên dụng đặc biệt khác.

12. Chỉ đeo khẩu trang đã đủ để phòng dịch bệnh COVID-19 chưa?

Để phòng ngừa dịch bệnh COVID-19 thì chỉ đeo khẩu trang vẫn chưa đủ, cần sự kết hợp đầy đủ và đồng thời nhiều biện pháp khác như:



- Thường xuyên rửa tay với xà phòng và nước sạch; dung dịch sát khuẩn nhanh, đặc biệt là sau khi ho, hắt hơi; sau khi cầm, nắm, tiếp xúc với các vật dụng có nguy cơ như nút bấm thang máy, tay nắm cửa, tay vịn cầu thang, tay vịn lan can; sau khi đi vệ sinh; sau khi vệ sinh cho trẻ; trước khi ăn; khi bàn tay bẩn, trước khi vào và sau khi ra khỏi khu dịch vụ, vui chơi ...

- Sử dụng khẩu trang đúng cách khi đến nơi công cộng theo hướng dẫn của Bộ Y tế và bỏ ngay khẩu trang sau khi sử dụng vào thùng rác (nếu là khẩu trang y tế), khẩu trang vải phải giặt sạch, phơi khô sau mỗi lần sử dụng). Tuyệt đối không được khạc nhổ bừa bãi.

- Vệ sinh đường hô hấp, vệ sinh môi trường xung quanh các bề mặt tiếp xúc.

- Tiêm vắc xin COVID-19 để phòng, chống dịch.

ĐEO KHẨU TRANG ĐÚNG CÁCH

«« PHÒNG COVID-19 »»

KHÔNG ❌

NÊN ✅

Đeo khẩu trang ngược mặt hở mũi, giữ nguyên khẩu trang trong suốt quá trình sử dụng



Đeo mặt có màu đậm ra ngoài, nếp gấp xuống

Bỏ khẩu trang khi giao tiếp với người xung quanh khi hắt hơi, ho, khạc nhổ



Đeo khẩu trang khi giao tiếp với mọi người xung quanh

Sờ tay vào khẩu trang, chạm tay vào khẩu trang để tháo



Đeo khẩu trang ôm sát mặt, chỉnh thanh kim loại vừa với sống mũi

Tái sử dụng khẩu trang y tế loại dùng 1 lần



Sử dụng khẩu trang mới, giặt sạch đúng cách với khẩu trang vải mỗi ngày hoặc sau khi tiếp xúc với người nghi nhiễm

13. COVID-19 có thể lây lan qua thực phẩm hoặc bao bì đóng gói?



Theo Tổ chức Y tế Thế giới (WHO) “Không có bằng chứng cho thấy thực phẩm hoặc chuỗi thực phẩm liên quan tới sự lây lan của SARS-

CoV-2. Mọi người không cần lo sợ về nguy cơ lây nhiễm qua thực phẩm, bao bì thực phẩm hoặc quá trình chế biến, vận chuyển chúng” và các nhà khoa học và quản lý cho biết tới nay “Không có bằng chứng nào cho thấy nCoV có thể lây lan qua thực phẩm đông lạnh”.

Trong quá trình chăm sóc người hiến máu sau khi hiến máu, nhân viên y tế và tình nguyện viên thực hiện các hoạt động hỗ trợ, chăm sóc cho người tham gia hiến máu đảm bảo các quy định về phòng chống dịch bệnh COVID-19, bao gồm thực hiện giãn cách khi tổ chức cho người hiến máu ăn nhẹ, có nước sát khuẩn nhanh tại các bàn ăn và yêu cầu thực hiện đeo khẩu trang khi kết thúc ăn nhẹ.

14. Tiêm vắc xin COVID-19 có an toàn, hiệu quả?

Tiêm chủng vắc xin COVID-19 là một cách quan trọng để giúp ngăn chặn đại dịch COVID-19; giúp bảo vệ mọi người khỏi bị bệnh hay bị bệnh nghiêm trọng do

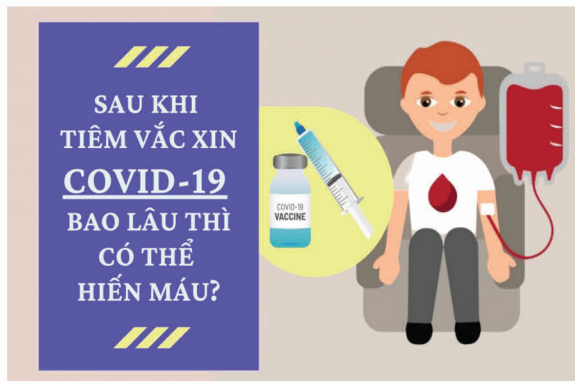


COVID-19 và có thể giúp bảo vệ cả những người xung quanh. Để được bảo vệ tối ưu nhất, mọi người cần phải tiêm đầy đủ liều theo quy định của cơ quan y tế.

Một số người đã được tiêm phòng COVID-19 đầy đủ, vẫn có thể mắc bệnh do không có loại vắc-xin nào có hiệu quả 100%. Bộ Y tế khuyến cáo người dân nên tiêm vắc-xin COVID-19 khi có đủ nguồn cung (ngay khi tới lượt).

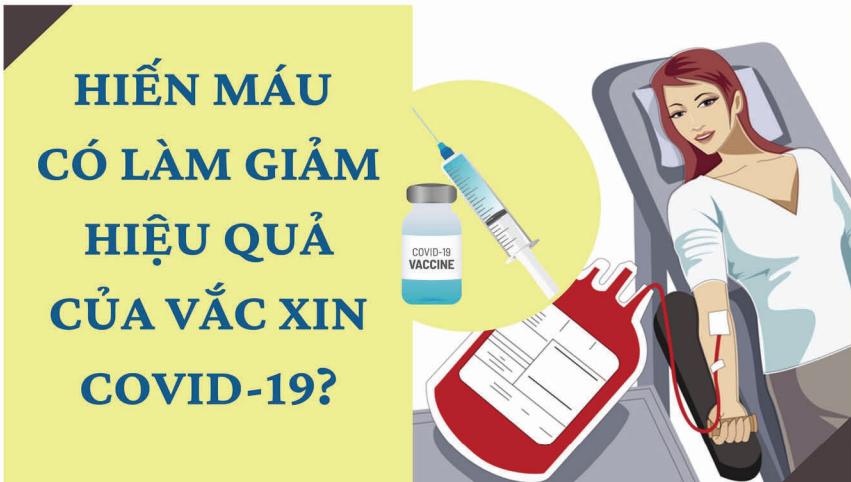
15. Sau khi tiêm vắc xin COVID-19 bao lâu thì có thể hiến máu?

Theo quy định tại Thông tư 26/2013/TT-BYT Hướng dẫn hoạt động truyền máu của Bộ Y tế, sau khi tiêm vắc xin 7 ngày thì có thể tham gia hiến máu (trừ vắc xin phòng bệnh dại, rubella, thương hàn, tả, sởi, quai bị, thủy đậu, BCG cần phải trì hoãn hiến máu từ 4 tuần đến 12



tháng). Tuy nhiên, người hiến máu cần đáp ứng các tiêu chuẩn sức khỏe và tuân thủ các quy định khai báo y tế để đảm bảo thật sự khỏe mạnh, an toàn, không có các nguy cơ lây nhiễm SARS-CoV-2 khi tham gia hiến máu.

16. Hiến máu có làm giảm hiệu quả của vắc xin COVID-19?



Các nghiên cứu khoa học đến nay cho thấy: chưa có bất kỳ bằng chứng nào về việc hiến máu có thể làm giảm hiệu quả của tiêm vắc xin, bao gồm vắc xin phòng chống COVID-19 đối với cơ thể người được tiêm phòng, cũng như chưa có bằng chứng người nhận máu từ người đã được tiêm vắc xin bị ảnh hưởng, bất lợi xấu đến sức khỏe.

Khi cơ thể bị nhiễm vi rút SARS-CoV-2 hoặc được tiêm vắc xin chống vi rút này, hệ thống miễn dịch của cơ thể sẽ sản sinh ra các tế bào bạch cầu lympho T (nhớ) và các kháng thể đặc hiệu, có khả năng ghi nhớ để tác nhân

gây bệnh COVID-19 nếu cơ thể bị chúng tấn công trong tương lai. Các tế bào có khả năng đáp ứng miễn dịch này được lưu giữ trong máu và một số cơ quan khác như gan, lách, hạch.

Chỉ một lượng rất nhỏ các tế bào bạch cầu được lấy đi trong quá trình hiến máu, không làm ảnh hưởng đến hệ miễn dịch, không làm mất đi các kháng thể được hình thành trong quá trình đáp ứng với vắc xin. Việc hiến máu cũng không hề loại bỏ vắc xin khỏi cơ thể. Nói cách khác, cơ thể người trưởng thành có trung bình khoảng 4 - 6 lít máu (tùy thuộc vào cân nặng) và mỗi lần hiến máu chỉ cho đi 350 - 450 ml máu. Số lượng kháng thể chống lại vi rút SARS-CoV-2 trong lượng máu hiến là không đáng kể, trong khi cơ thể lại thường xuyên sản sinh ra lượng máu mới, bao gồm cả các tế bào bạch cầu cần cho đáp ứng miễn dịch cũng như sinh lượng kháng thể mới.

Về cơ hội liệu có tăng khả năng miễn dịch nếu được nhận máu từ người đã tiêm vắc xin COVID-19, Ông Rob Murphy, chuyên gia bệnh truyền nhiễm của Đại học Northwestern (Hoa Kỳ) cho biết: Khi truyền máu, cơ thể người bệnh có thể được nhận một lượng nhỏ kháng thể chống lại vi rút từ máu của người hiến đã được tiêm vắc xin hoặc đã từng bị nhiễm vi rút SARS-CoV-2. Tuy nhiên, lượng kháng thể này là quá nhỏ để có thể tạo ra sự khác biệt; do đó không thể giúp cải thiện khả năng miễn dịch chống lại vi rút SARS-CoV-2 ở người bệnh được nhận máu.

17. Như thế nào là rửa tay đúng cách?

6 BƯỚC RỬA TAY

PHÒNG CHỐNG LÂY NHIỄM COVID-19

Làm ướt hai bàn tay bằng nước sạch. Thoa xà phòng vào lòng bàn tay. Chà sát hai lòng bàn tay vào nhau.



Dùng ngón tay và lòng bàn tay này cuốn và xoáy lần lượt từng ngón của bên tay kia và ngược lại.

Dùng lòng bàn tay chà sát chéo lên mu bàn tay kia và ngược lại.



Dùng đầu ngón tay của bàn tay này miết vào kẽ giữa các ngón của bàn tay kia và ngược lại.



Chụm 5 đầu ngón tay của tay này cọ vào lòng bàn tay kia bằng cách xoáy đi, xoáy lại.



Xả cho tay sạch hết xà phòng dưới nguồn nước sạch. Lau khô tay bằng khăn hoặc giấy sạch.



18. Bệnh COVID-19 có lây qua đường truyền máu không?

- Ngoài chủng vi rút corona mới hiện nay là SARS-CoV-2, đã có 6 chủng vi rút corona (Coronavirus) khác được biết tới ngày nay có khả năng lây nhiễm ở người.

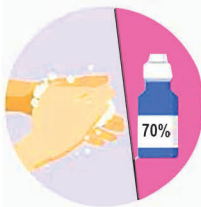


Trong đó, có một số chủng vi rút corona gây bệnh viêm đường hô hấp cấp như SARS-CoV (gây bệnh SARS), MERS-CoV (gây bệnh MERS) và virus SARS-CoV-2 (gây bệnh COVID-19).

- Các tài liệu hiện có liên quan đến dịch bệnh do vi rút corona gây ra như SARS, MERS hay COVID-19 đều chưa cho thấy bằng chứng về việc các vi rút này có khả năng lây truyền qua đường máu.

- Tổ chức Y tế Thế giới khẳng định các vi rút lây truyền qua đường hô hấp chưa được ghi nhận có khả năng lây truyền qua đường máu.

19. Những cách giúp người hiến máu phòng, chống COVID-19?



- Thường xuyên rửa tay đúng cách bằng xà phòng dưới vòi nước sạch, hoặc bằng dung dịch sát khuẩn có cồn (ít nhất 70% cồn).

- Đeo khẩu trang nơi công cộng, trên phương tiện giao thông công cộng và đến cơ sở y tế.

- Tránh đưa tay lên mắt, mũi, miệng. Che miệng và mũi khi ho hoặc hắt hơi bằng khăn giấy, khăn vải, khuỷu tay áo.

- Tăng cường vận động, rèn luyện thể lực, dinh dưỡng hợp lý xây dựng lối sống lành mạnh.

- Vệ sinh thông thoáng nhà cửa, lau rửa các bề mặt hay tiếp xúc.

- Nếu bạn có dấu hiệu sốt, ho, hắt hơi và khó thở. Hãy tự cách ly tại nhà, đeo khẩu trang và gọi cho cơ sở y tế gần nhất để được tư vấn, khám và điều trị.

- Tự cách ly, theo dõi sức khỏe, khai báo y tế đầy đủ nếu trở về từ vùng dịch.



- Thực hiện đồng thời khai báo y tế trực tuyến và truy vết tiếp xúc qua cài đặt ứng dụng Bluezone để được cảnh báo nguy cơ lây nhiễm COVID-19, giúp bảo vệ bản thân, gia đình và cả cộng

đồng: <https://www.bluezone.gov.vn/>.

20. Người hiến máu cần làm gì nếu sau khi hiến máu thấy xuất hiện các dấu hiệu bị sốt, ho, đau họng, khó thở?

- Gọi điện cho đường dây nóng của cơ quan y tế địa phương hoặc của Bộ Y tế (số điện thoại 19003228 hoặc 19009095) để được tư vấn và đến ngay cơ sở y tế được chỉ định để khám và điều trị; Đeo khẩu trang trong suốt quá trình di chuyển đến cơ sở y tế.

- Thông báo ngay cho người quản lý lao động, nhà trường, đơn vị tiếp nhận máu ... và những người có tiếp xúc gần.

- Đeo khẩu trang và tự cách ly tại một phòng riêng, thoáng khí hoặc ở một vị trí trong nhà, giữ khoảng cách với mọi người ít nhất 2m.



Sốt



Ho



Mệt mỏi



Đau họng



Đau đầu



Đau cơ



Hắt hơi, sổ mũi

- Che kín mũi, miệng khi ho hoặc hắt hơi bằng khuỷu tay áo, khăn vải, khăn tay hoặc khăn giấy; Thải bỏ khẩu trang, khăn giấy sau

khi sử dụng vào thùng rác có nắp đậy kín hoặc vào túi và buộc kín miệng túi.

- Rửa tay thường xuyên với xà phòng và nước sạch đặc biệt sau khi ho, hắt hơi, sau khi thải bỏ khẩu trang, khăn giấy.

- Sử dụng riêng đồ dùng cá nhân như cốc uống nước, bát đũa ...

- Hạn chế sử dụng phương tiện công cộng; không đến chỗ đông người, nơi làm việc, trường học.

- Nếu xuất hiện các triệu chứng trên trong vòng 28 ngày sau hiến máu, người hiến máu cần liên hệ và thông báo tới cơ sở tiếp nhận hiến máu.

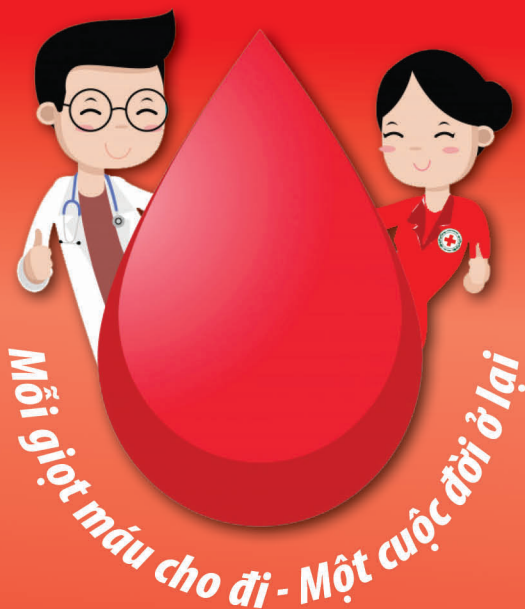
Chúc Quý độc giả luôn mạnh khỏe để làm việc, phòng bệnh thật tốt và để hiến máu thường xuyên.

Thông tin liên hệ:

Văn phòng Ban chỉ đạo Quốc gia vận động Hiến máu tình nguyện

ĐT: 024.39428907 (máy lẻ: 300)/ 39427470

E-mail: bancdqghm@gmail.com



Cơ quan Thường trực Ban Chỉ đạo quốc gia:

TRUNG ƯƠNG HỘI CHỮ THẬP ĐỎ VIỆT NAM

82 Nguyễn Du, Hai Bà Trưng, Hà Nội

Điện thoại: 024.39428907 (máy lẻ: 300)/ 39427470

E-mail: bancdqghm@gmail.com