



## COVID-19 (Vi-rút Corona)

COVID-19 là một căn bệnh đã gây ra cái chết cho hàng triệu người trên thế giới kể từ năm 2019. Theo Trung Tâm Kiểm Soát và Phòng Ngừa Dịch Bệnh (CDC), vi rút gây ra COVID-19 lây lan chủ yếu qua các giọt bắn hô hấp li ti, được tạo ra khi người bệnh ho, hắt hơi, hát, nói hoặc thở. Lây nhiễm xảy ra khi người ta hít phải các giọt bắn và hạt này hoặc dính vào mắt, mũi hoặc miệng; việc chạm vào mặt bằng tay có dính vi-rút cũng có thể dẫn đến nhiễm bệnh.

### Triệu chứng của bệnh COVID-19:

- Sốt
- Ho
- Khó thở
- Mệt mỏi
- Đau nhức cơ hoặc cơ thể
- Đau đầu

- Mỏi mắt vị giác hoặc khứu giác
- Đau họng
- Nghẹt mũi hoặc chảy nước mũi
- Buồn nôn hoặc ói mửa
- Tiêu chảy

Nếu bạn có các triệu chứng này, hãy gọi ngay cho bác sĩ hoặc xét nghiệm COVID-19.

### **Vắc-xin COVID-19:**

Cách tốt nhất để tránh lây nhiễm và ngăn chặn sự lây lan của COVID-19 trong cộng đồng là tiêm vắc-xin để phòng ngừa căn bệnh này. Cơ quan Quản Lý Thực Phẩm & Dược Phẩm Hoa Kỳ (FDA) đã cho phép hoặc chấp thuận vắc-xin COVID-19 Pfizer, Moderna và Johnson & Johnson là vắc-xin an toàn và có hiệu quả cao trong việc ngăn ngừa các ca bệnh nặng dẫn đến nhập viện hoặc tử vong. Tất cả vắc-xin COVID-19 được FDA cho phép và chấp thuận đều miễn phí. CDC khuyến cáo tất cả mọi người từ 5 tuổi trở lên nên tiêm phòng đầy đủ vắc-xin COVID-19 để bảo vệ chống lại căn bệnh này và giúp ngăn chặn đại dịch.

Người lớn có thể tiêm bất kỳ loại vắc-xin nào. Trẻ em từ 5 đến 17 tuổi có thể tiêm vắc-xin Pfizer. Liều lượng tiêm được xác định theo độ tuổi, không theo kích thước hoặc trọng lượng. Trẻ em từ 5 đến 11 tuổi sẽ được tiêm hai liều 10 microgam cách nhau 21 ngày; liều lượng này bằng một phần ba liều của thanh thiếu niên và người lớn.

### **Liều Vắc-xin COVID-19 Tăng Cường:**

CDC đã chấp thuận liều tăng cường của vắc-xin COVID-19 cho một số nhóm người nhất định.

Những người từ 18 tuổi trở lên nên tiêm mũi tăng cường ít nhất 2 tháng sau khi tiêm vắc-xin COVID-19 Johnson & Johnson.

Những người đã tiêm vắc-xin COVID-19 Pfizer hoặc Moderna đủ điều kiện để tiêm mũi tăng cường sau sáu tháng hoặc lâu hơn kể từ khi tiêm liều thứ hai nếu họ trên 65 tuổi. Ngoài ra, những người trên 18 tuổi sống trong các cơ sở chăm sóc dài hạn, có tình trạng bệnh lý nền, hoặc làm các nghề có nguy cơ cao cũng đủ điều kiện để được tiêm mũi tăng cường sau sáu tháng hoặc lâu hơn kể từ sau khi tiêm chủng.

Bất kỳ loại vắc-xin sẵn có nào cũng có thể được sử dụng để tiêm mũi tăng cường, bất kể vắc-xin ban đầu là của Pfizer, Moderna hay Johnson & Johnson.

Để biết thêm thông tin về vắc-xin, vui lòng xem tờ thông tin về Vắc-xin COVID-19 của chúng tôi tại: <https://www.christopherreeve.org/living-with-paralysis/free-resources-and-downloads/fact-sheets-a-z/topic-resources>.

### **Cách Giảm Nguy Cơ Lây Nhiễm và Lây Lan Trong Cộng Đồng:**

- Tiêm vắc xin.
- Người chưa tiêm vắc-xin phải mang khẩu trang nơi công cộng.
- CDC khuyến cáo những người đã được tiêm chủng đầy đủ nên đeo khẩu trang trong nhà ở những khu vực có khả năng lây nhiễm cao hoặc nếu hệ miễn dịch bị suy yếu do có tình trạng bệnh lý nền.

Che miệng và mũi trước khi ho và hắt hơi và rửa tay sạch để ngăn chặn sự lây lan của vi trùng gây nhiễm trùng đường hô hấp, bao gồm cả vi-rút corona. Rửa tay bằng nước ấm và xà phòng trong ít nhất 20 giây hoặc sử dụng dung dịch sát trùng tay có cồn, đặc biệt sau khi rời khỏi nơi công cộng và trước khi chạm vào mặt của bạn.

- Yêu cầu người chăm sóc rửa tay ngay khi họ đến nhà bạn và trước khi chạm vào hoặc cho bạn ăn.
- Nếu các thành viên trong gia đình bị bệnh, phải chuyển họ đến một phòng riêng, nếu có thể, trong khi họ hồi phục, để hạn chế việc bạn tiếp xúc với bệnh.
- Đi xét nghiệm nếu tiếp xúc với người nhiễm hoặc nghi nhiễm COVID-19. Những người đã được tiêm chủng đầy đủ nên đi xét nghiệm 3-5 ngày sau khi tiếp xúc và đeo khẩu trang ở những nơi công cộng trong nhà cho đến khi nhận được kết quả xét nghiệm âm tính. Để ngăn ngừa khả năng lây lan và lây nhiễm, những người chưa được tiêm chủng đầy đủ nên lập tức cách ly theo dõi và làm xét nghiệm.

### **Cách Chuẩn Bị Cho Sự Bùng Phát COVID-19 Trong Cộng Đồng**

- Luôn cập nhật thông tin về tiêm chủng, bao gồm cả bệnh cúm. Trung Tâm Kiểm Soát và Phòng Ngừa Dịch Bệnh khuyến cáo tất cả mọi người từ sáu tháng tuổi trở lên nên chủng ngừa cúm hàng năm.
- Dự trữ thuốc men và các vật dụng quan trọng trong nhà, bao gồm cả vật dụng y tế, đồ dùng để đựng thức ăn và thức ăn cho vật nuôi, để bạn có thể hạn chế ra ngoài nơi công cộng trong thời gian bùng phát dịch bệnh tại địa phương.
- Sắp xếp dịch vụ chăm sóc dự phòng trong trường hợp người chăm sóc chính hoặc người phục vụ bị ốm.
- Sắp xếp vận chuyển dự phòng trong trường hợp nhà cung cấp địa phương của bạn bị ảnh hưởng.

### **Bảo hiểm và COVID-19: Những Điều Cần Biết:**

#### **Xét nghiệm**

- Đạo Luật Ứng Phó Với Virus Corona Ưu Tiên Gia Đình, được Quốc Hội thông qua ngày 18 tháng 3 năm 2020, yêu cầu Medicaid, Medicare và hầu hết các công ty bảo hiểm tư nhân phải cung cấp xét nghiệm vi-rút corona miễn phí và miễn mọi khoản đồng trả hoặc khoản khấu trừ. Luật pháp quy định phạm vi bảo hiểm của các dịch vụ, bao gồm phòng khám bác sĩ, chăm sóc khẩn cấp, chăm sóc sức khỏe từ xa hoặc khám tại phòng cấp cứu, liên quan đến việc thực hiện hoặc xác định nhu cầu xét nghiệm.
- Medicare Phần B đài thọ tất cả các chi phí xét nghiệm vi-rút corona, bao gồm các khoản đồng trả và các khoản khấu trừ.
- Nếu bạn không có bảo hiểm, bạn vẫn đủ điều kiện xét nghiệm miễn phí. Luật bao gồm quỹ khẩn cấp để hoàn trả trực tiếp cho các bác sĩ và cơ sở y tế đối với các xét nghiệm và các dịch vụ liên quan đến xét nghiệm được thực hiện cho bất kỳ ai không có bảo hiểm. Khoản tăng quỹ Medicaid cũng mang lại cho các tiểu bang tùy chọn để bảo hiểm cho những cư dân không có bảo hiểm và tạm thời ghi danh họ vào chương trình để được xét nghiệm.

Luật quy định xét nghiệm miễn phí - **không phải điều trị miễn phí** - đối với COVID-19. Chi phí điều trị sẽ khác nhau tùy thuộc vào các chương trình bảo hiểm cá nhân.

## Mở Rộng và Thay Đổi Bảo Hiểm

Cả Medicaid và Medicare đều đang thực hiện các thay đổi để ứng phó với COVID-19, bao gồm:

Để tiếp tục cung cấp các dịch vụ và hỗ trợ Medicaid cho những người bị cách ly theo dõi và đã đáp ứng cấp độ chăm sóc của tổ chức, các tiểu bang (sử dụng thẩm quyền được nêu trong Mục 1915 (c) Phụ lục K về hành động trong trường hợp khẩn cấp) có thể cho phép các thành viên gia đình khỏe mạnh sống trong nhà phục vụ như một nhà cung cấp và nhận tài trợ như một "người chăm sóc sức khỏe tại gia". Các bữa ăn giao tận nhà, chẳng hạn như Bữa Ăn Di Động, cũng có thể được thêm vào để cung cấp một bữa ăn mỗi ngày cho cá nhân. Ngoài ra, các dịch vụ khác có thể được bổ sung, bao gồm điều dưỡng riêng, và tỷ lệ thanh toán có thể được tăng lên để bù đắp rủi ro sức khỏe gia tăng cho các nhà cung cấp và thu hút một nhóm nhà cung cấp lớn hơn.

Medicare đã tạm thời mở rộng phạm vi bao phủ của các dịch vụ khám bệnh từ xa để giúp mọi người tiếp cận với bác sĩ và các nhà cung cấp dịch vụ y tế khác (bao gồm các điều dưỡng, nhà tâm lý học lâm sàng và nhân viên xã hội lâm sàng được cấp phép) mà không cần phải đến phòng khám bác sĩ hoặc bệnh viện và có nguy cơ tiếp xúc với COVID-19. Các dịch vụ cụ thể có sẵn từ xa bao gồm thăm khám, đánh giá và quản lý, tư vấn sức khỏe tâm thần và khám sức khỏe tổng quát.

Để biết thêm thông tin toàn diện và cập nhật về những thay đổi đối với các chương trình này trong thời gian bùng phát dịch bệnh, vui lòng truy cập Câu Hỏi Thường Gặp COVID-19 của Medicaid tại

<https://www.medicaid.gov/state-resource-center/downloads/covid-19-faqs.pdf>

và trang web Medicare và Coronavirus tại <https://www.medicare.gov/medicare-coronavirus#400>.

Thông tin trong thông báo này được trình bày với mục đích giáo dục và thông báo cho bạn về chứng tê liệt và những ảnh hưởng của tình trạng này. Không có nội dung nào trong thông báo này nên được hiểu hoặc sử dụng để chẩn đoán hoặc điều trị y tế. Không nên sử dụng thông báo này thay cho tư vấn của bác sĩ hoặc nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe có trình độ khác. Nếu bạn có bất kỳ câu hỏi nào liên quan đến chăm sóc sức khỏe, vui lòng gọi điện hoặc đến gặp bác sĩ hoặc nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe có trình độ chuyên môn khác ngay lập tức. Luôn tham khảo ý kiến bác sĩ hoặc nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe có trình độ khác trước khi bắt đầu điều trị, tuân thủ chế độ ăn uống hoặc thực hiện chương trình thể dục mới. Bạn đừng bao giờ bỏ qua lời khuyên y tế hoặc trì hoãn việc tìm lời khuyên vì những điều bạn đã đọc trong thông báo này.

Ấn phẩm này được hỗ trợ bởi Cơ Quan Quản Lý Đời Sống Cộng Đồng (ACL), Bộ Y Tế và Dịch Vụ Nhân Sinh Hoa Kỳ (HHS) như một phần của giải thưởng hỗ trợ tài chính tổng trị giá \$8.700.000, với 100 phần trăm được tài trợ bởi ACL/HHS. Nội dung là của (các) tác giả và không nhất thiết đại diện cho quan điểm chính thức của ACL/HHS hoặc Chính Phủ Hoa Kỳ.

Cập nhật ngày 8 tháng 11 năm 2021