



TÔI PHÒNG BỆNH THẾ NÀO?

<p>BIẾT CÁC TRIỆU CHỨNG BỆNH: SỐT, HO, ĐAU CƠ VÀ KHÓ THỞ.</p>	<p>RỬA TAY THƯỜNG XUYÊN VỚI XÀ PHÒNG VÀ NƯỚC, HOẶC VỚI DUNG DỊCH RỬA TAY KHÔ CÓ CÒN.</p>	<p>KHI HO VÀ HẮT HƠI, CHE MIỆNG BẰNG KHĂN GIẤY.</p>	<p>HOẶC BẰNG MẶT TRONG KHỦYU TAY.</p>
<p>BỎ NGAY KHĂN GIẤY VÀO MỘT THÙNG RÁC CÓ NẮP KÍN VÀ RỬA TAY VỚI XÀ PHÒNG VÀ NƯỚC HOẶC DUNG DỊCH RỬA TAY KHÔ CÓ CÒN.</p>	<p>GIỮ KHOẢNG CÁCH TỐI THIỂU 1 MÉT GIỮA BẠN VÀ NGƯỜI CÓ TRIỆU CHỨNG.</p>	<p>TRÁNH DÙNG TAY CHẠM VÀO MẮT, MŨI VÀ MIỆNG.</p>	<p>TÌM KIẾM HỖ TRỢ Y TẾ KHI BẠN CÓ TRIỆU CHỨNG VÀ THÔNG BÁO CHO BÁC SĨ VỀ CÁC TRIỆU CHỨNG CỦA BẠN TRƯỚC KHI ĐẾN CƠ SỞ Y TẾ.</p>

ĐEO KHẨU TRANG KHI NÀO

<p>ĐEO KHẨU TRANG NẾU BẠN HO HOẶC HẮT HƠI.</p>	<p>NẾU BẠN KHỎE MẠNH, BẠN CHỈ CẦN ĐEO KHẨU TRANG NẾU BẠN ĐANG CHĂM SÓC NGƯỜI NGHỊ NHIỆM COVID-19.</p>	<p>KHẨU TRANG PHÁT HUY TÁC DỤNG KHI KẾT HỢP VỚI VIỆC RỬA TAY THƯỜNG XUYÊN VỚI XÀ PHÒNG VÀ NƯỚC.</p>	<p>VỨT BỎ KHẨU TRANG ĐÚNG CÁCH.</p>

CÁCH TÌM THÔNG TIN ĐÚNG



- Khi một loại virus hoặc căn bệnh mới được phát hiện ra, những gì chúng ta đã biết và chưa biết về nó thay đổi rất nhanh.
- Vì thông tin thay đổi rất nhanh và có rất nhiều thông tin được chia sẻ trên các kênh khác nhau, đôi lúc chúng ta khó có thể phân biệt đâu là tin đồn và đâu là tin đúng.
- Các tin đồn có thể khiến chúng ta bảo vệ chính mình và người thân sai sáo, do đó việc biết cách tìm thông tin đúng rất quan trọng.
- Để tìm câu trả lời cho các thắc mắc về sức khỏe của bạn hay để kiểm tra xem một câu chuyện có dựa trên thông tin đã được xác thực hay không, hãy bắt đầu với ba bước sau:

- 1 Tìm hiểu xem thông tin này có từ đâu?**

 - Nguồn gốc thông tin có tiếp cận với chứng cứ khoa học không?
 - WHO (Tổ chức Y tế Thế giới), Bộ Y tế nước bạn và Hội Chữ Thập Đỏ và Trăng Lưỡi Liềm Đỏ Quốc Gia là các nguồn thông tin đáng tin cậy.

- 2 Thông tin này được chia sẻ khi nào?**

Đôi lúc các thông tin cũ vẫn tiếp tục được chia sẻ. Hãy xác minh thời điểm thông tin được công bố hoặc chia sẻ lần đầu.

- 3 Liên tục kiểm tra thông tin từ WHO và Bộ Y tế để biết thông tin thay đổi khi nào và thông tin mới được chia sẻ khi nào.**