

HUMAN VIRUSES AND EPIDEMICS DISASTER RESPONSE

Thông tin cơ bản:

Các bệnh lây nhiễm, cũng được gọi là bệnh truyền nhiễm, hay bệnh lây lan do virus gây ra có thể dẫn tới dịch, hay đại dịch, làm các bệnh viện quá tải, gây nhiều trường hợp tử vong, mắc bệnh, và thay đổi các dịch vụ hàng ngày mà chúng ta vẫn quen. Virus lây lan qua tiếp xúc, qua thức ăn nhiễm độc, qua dịch cơ thể, vật dụng, hít vào hoặc qua những con như muỗi. Những bệnh lây nhiễm mà rất dễ lây đôi khi được gọi là lây lan và có thể dễ lây từ người này sang người khác qua tiếp xúc với người bị bệnh hoặc chất dịch từ cơ thể họ. Virus có thể lan trong một vùng nhỏ gọi là dịch, hay cũng có thể lan rộng thành đại dịch.

Ngăn ngừa các bệnh lây nhiễm:

- Rửa tay thường xuyên bằng xà phòng và nước hay dùng dung dịch rửa tay tiệt trùng bằng cồn (nồng độ 60-95%).
- Dùng giấy lau để che miệng khi ho và hắt hơi.
- Tránh những người bị bệnh càng nhiều càng tốt.
- Ở nhà, tránh đi làm, đi học nếu bản thân mình bị bệnh.

Chuẩn bị cho ảnh hưởng lâu dài của các bệnh lây nhiễm:

- Chuẩn bị sẵn các thuốc không cần toa bác sĩ như thuốc giảm đau, thuốc đau bụng, thuốc ho, thuốc cảm, và vitamin.
- Các dịch vụ giao thông có thể bị tạm ngưng. Hãy chuẩn bị để ít phải đi ra ngoài và dự trữ các vật dụng cần thiết.
- Dự trữ sẵn đồ ăn không dễ hỏng và nước đủ dùng trong 2 tuần để phòng trường hợp khẩn cấp.
- Bàn với người quản lí của bạn ở chỗ làm về khả năng làm việc từ nhà.
- Chuẩn bị cho khả năng có thể bị mất thu nhập nếu bạn không đi làm được hay công ty của bạn phải tạm thời đóng cửa.
- Chuẩn bị trước cho tình huống có thể trường học bị đóng cửa để tránh lây la bệnh.
- Chuẩn bị các hoạt động học tập ở nhà cho con em mình. Chuẩn bị sẵn bài học sách vở đồ dùng học tập và phim.
- Nhớ theo dõi tin trên đài hay TV để biết tin mới nhất và nghe khuyến cáo.

