



Bảng kê những việc cần làm khi về đến nhà dành cho nhân viên tuyến đầu COVID-19

Để bảo vệ mình và gia đình trong thời điểm nguy hiểm của COVID-19, nhân viên tuyến đầu khi rời sở làm về nhà nên làm những điều sau đây:

Ngay khi về đến nhà lập tức:

- 1. Cởi giày và áo ngoài gắn lối vào nhà để tránh làm ô nhiễm khu vực chung quanh. Bạn sẽ thấy tiện lợi nếu đặt một cái rổ để bỏ đồ dơ gắn lối vào nhà. **Cẩn thận đừng sờ vào mặt.** Nếu bạn đang mang khẩu trang hoặc đồ che mặt, rửa tay trước khi cởi ra để tránh lan vi khuẩn ra mặt.
- 2. Đặt giỏ, điện thoại, và những vật dụng đã có thể bị ô nhiễm ở một chỗ nhất định gắn lối vào nhà.
- 3. Rửa tay thật kỹ với xà phòng và nước ít nhất 20 giây.
- 4. Nếu bạn mang khẩu trang hay đồ che mặt, lúc này bạn có thể tháo ra. Rửa tay một lần nữa sau khi chạm vào cái khẩu trang dơ.
- 5. Tắm trước khi gặp người thân trong nhà.
- 6. Hãy nhớ rằng điện thoại cầm tay và các vật dụng điện tử khác đã có thể bị ô nhiễm. Làm theo hướng dẫn của hãng chế tạo về cách tẩy trùng các vật dụng này trước khi sử dụng ở trong nhà.



Hướng dẫn thêm

- Lau chùi tất cả các vật dụng và bề mặt thường chạm vào ở trong nhà mỗi ngày bằng chất khử trùng có đăng ký EPA.
- Nên giặt áo quần dơ với độ nước nóng cho phép cao nhất tùy thuộc vào loại áo quần.
- Nếu có thể nên mang găng tay dùng một lần khi xử lý đồ giặt dơ và những vật dụng bị ô nhiễm khác.
- Để có thêm thông tin về việc ngăn ngừa sự lây nhiễm từ bạn sang người khác, xin vào: <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/prevent-getting-sick/disinfecting-your-home.html>
- Nhân viên tuyến đầu và người cùng nhà nên rửa tay thường xuyên trong ngày và tránh chạm tay vào mặt khi chưa rửa tay sạch khi ở sở hay ở nhà. Những lúc chủ yếu cần rửa tay bao gồm:
 - Sau khi hỷ mũi, ho, hoặc ách xì
 - Sau khi dùng phòng vệ sinh
 - Trước khi ăn hoặc trước khi làm thức ăn
 - Sau khi tiếp xúc với người khác, xúc vật, hoặc những bề mặt thường chạm tới