

# TRỞ LẠI TRƯỜNG AN TOÀN TRONG MÙA COVID-19



## KHI NÀO THÌ CÁC TRƯỜNG HỌC CÓ THỂ MỞ CỬA TRỞ LẠI?



### Trong Số lần này

Đeo khẩu trang cho Trẻ Nhỏ	2
Lây Nhiễm ở Trẻ Em	2
Thông Tin Cập Nhật về Hoạt Động	3
Thể Thao ở Trường Học	3
Thông Tin về Vắc-xin	3

Quận Sacramento hiện có tỷ lệ ca mắc được điều chỉnh dưới 25/100.000 dân, điều này khiến Quận Sacramento đủ điều kiện để mở cửa trở lại khối trường tiểu học. Mặc dù Quận vẫn đang ở Cấp Màu Tím nhưng các Trường Học dành cho khối lớp K-6 (mẫu giáo tới lớp 6) có thể mở cửa trở lại để giảng dạy tại lớp nếu các trường này hoàn thành và đăng một Kế Hoạch An Toàn Mùa COVID-19 (COVID-19 Safety Plan, CSP) lên trang chủ của trang web của mình và trình nộp CSP cho viên chức y tế tại địa phương và Nhóm Trường Học An Toàn cho Tất Cả (Safe Schools for All) của Tiểu Bang và xác định không còn khiếm khuyết nào.

Theo [Khuôn Khổ Giảng Dạy Tại Lớp & Hướng Dẫn về Y Tế Công Cộng để Mở Cửa Trở Lại Các Trường Thuộc Khối K-12 ở California Trong Mùa COVID-19 của CDPH](#), các trường tiểu học (K-6) trước đó chưa mở cửa trở lại để giảng dạy tại lớp chỉ được làm vậy **sau khi** thỏa mãn các yêu cầu trong hướng dẫn. Trường học có ý định mở trường tiểu học để giảng dạy tại lớp phải trình nộp các tài liệu đã hoàn thành sau đây:

1. Kế Hoạch An Toàn Mùa COVID-19;
2. Kế Hoạch Phòng Ngừa Cal/OSHA; và
3. [Bản Liệt kê Hướng Dẫn về Trường Học Mùa COVID-19](#)

cho Cơ Quan Y Tế Công Cộng Quận Sacramento (Sacramento County Public Health, SCPH) và Sở Y Tế Công Cộng California (California Department Public

Health, CDPH) để xem xét. SCPH sẽ thông báo cho các trường trong vòng bảy ngày làm việc là tài liệu của họ được phê chuẩn hay cần thay đổi.

Các Trường Trung Học Cơ Sở và Trung Học Phổ Thông (khối lớp 7-12) trước đây chưa mở cửa trở lại để giảng dạy tại lớp thì có thể làm như vậy vào ngày sau khi Quận Sacramento chuyển sang Cấp Màu Đỏ 2, tức là hiện cần phải giảm tỷ lệ ca mắc được điều chỉnh xuống dưới 7 ca trên 100.000 người trong hai tuần liên tiếp.

### Tỷ Lệ Ca Mắc Được Điều Chỉnh

Khi xác định ngưỡng cho các hoạt động có thể cho phép, chúng ta cần sử dụng Tỷ Lệ Ca Mắc Được Điều Chỉnh (Adjusted Case Rate, ACR) ghi trên trang web [Kế Hoạch Chi Tiết về một Nền Kinh Tế An Toàn Hơn của CA](#), chứ không phải trên bảng thông báo của SCPH vì trang này sử dụng thời gian dịch chuyển ngắn hơn. CDPH thường cập nhật ACR vào tầm giữa trưa các ngày thứ Ba.

### KHẢO SÁT THỰC TẾ TẠI TRƯỜNG

Khi các trường học cân nhắc cách mở cửa trở lại để học tập và giảng dạy tại lớp được an toàn, Cơ Quan Y Tế Công Cộng Quận Sacramento đang lên lịch **Khảo Sát Thực Tế Tại Trường** để hỗ trợ nhà trường trong các chiến lược giảm thiểu rủi ro, giúp bảo vệ học sinh, giáo viên và đội ngũ nhân sự và làm chậm sự lây lan của COVID-19. Ruth Love và Nhóm Y Tá Trường Học của chúng tôi hiện sẵn sàng tới khảo sát tại tất cả các địa điểm nhà trường.



## ĐEO KHẨU TRANG CHO TRẺ NHỎ

Mới chỉ hơn một năm kể từ khi đại dịch này xảy ra và vẫn còn rất nhiều điều chúng ta chưa biết. Điều chúng ta biết đó là sự thành công trong việc ngăn chặn sự lây truyền của vi-rút gây COVID-19 ở các trường học có vẻ như phụ thuộc vào việc tuân thủ các biện pháp như đeo khẩu trang đúng cách và thường xuyên (và các biện pháp khác) **cùng với** nỗ lực hết sức để kiểm soát sự lây truyền trong cộng đồng. Sở Y Tế Công Cộng California yêu cầu tất cả học sinh và nhân viên nhà trường trên 2 tuổi, không thuộc diện được miễn vì lý do y tế, phải đeo khẩu trang khi tới trường. Khi mà ngày càng có nhiều trường trong khu vực Quận Sacramento hướng tới việc mở cửa trở lại, chúng tôi muốn khuyến khích quý vị hãy cung cấp cho con mình hành trang sẵn sàng cho một năm học có thể khác so với những năm trước. Cha mẹ có thể thực hành đeo khẩu trang tại nhà và làm mẫu việc đeo khẩu trang đúng cách cho trẻ. Đeo khẩu trang đúng cách, như minh họa dưới đây, đã được chứng minh là có khả năng bảo vệ, ngăn chặn vi-rút gây COVID-19 tốt hơn so với đeo khẩu trang không đúng cách.

### ĐỂ CÓ HIỆU QUẢ, KHẨU TRANG CẦN PHẢI:

- Che cả mũi và miệng
- Vừa khít với hai bên mặt nhưng phải thoải mái
- Được cố định bằng móc tai hoặc dây buộc
- Có nhiều lớp vải
- Cho phép thở không bị hạn chế
- Được giặt sạch và lau khô cẩn thận sau khi sử dụng



Source: U.S. Centers for Disease Control and Prevention

## CÁC CA NHIỄM COVID-19 Ở TRẺ EM

Số lượng và tỷ lệ ca mắc ở trẻ em tại Hoa Kỳ đang có xu hướng gia tăng đều đặn, tuy nhiên, vẫn chưa thể biết được tỷ lệ lây nhiễm COVID-19 thực sự ở trẻ em do chưa tiến hành xét nghiệm rộng rãi và ưu tiên xét nghiệm cho người lớn và những người bị bệnh nặng. Tỷ lệ nhập viện ở trẻ em thấp hơn nhiều so với tỷ lệ ở người lớn mắc COVID-19, chứng tỏ rằng trẻ em có thể ít bị bệnh nặng do COVID-19 hơn so với người lớn.

Thời gian ủ bệnh ở trẻ em cũng giống như ở người lớn, là 2-14 ngày và trung bình là 6 ngày. Trẻ em mắc COVID-19 có thể có nhiều triệu chứng của COVID-19, chỉ có một số ít triệu chứng (chẳng hạn như chỉ có triệu chứng ở đường hô hấp trên hay chỉ có triệu chứng tiêu hóa) hoặc có thể không có triệu chứng. Theo Trung Tâm Kiểm Soát và Phòng Ngừa Dịch Bệnh (U.S. Centers for Disease Control and Prevention, CDC), các triệu chứng phổ biến nhất ở trẻ em là ho và/hoặc sốt. Bằng chứng cho thấy có đến một nửa số ca nhiễm ở trẻ em có thể không có triệu chứng (*Clin Infect Dis.* 2020). Các dấu hiệu và triệu chứng của COVID-19 ở trẻ em tương tự như dấu hiệu và triệu chứng của các bệnh nhiễm trùng và bệnh không lây nhiễm khác, bao gồm cúm, viêm họng liên cầu khuẩn và dị ứng. Việc thiếu các triệu chứng cụ thể và tỷ lệ ca nhiễm không triệu chứng cao khiến cho việc sàng lọc dựa trên triệu chứng để xác định SARS-CoV-2 ở trẻ em trở nên đặc biệt khó khăn.

Nhiều Trường Học đang phối hợp chặt chẽ với các viên chức y tế công cộng để làm xét nghiệm cho học sinh, giáo viên hoặc nhân viên nhằm mục đích giám sát, chẩn đoán, sàng lọc hoặc trong bối cảnh dịch bệnh bùng phát và tham vấn y tế công cộng.

### LÀM XÉT NGHIỆM CHO TRẺ NHỎ

Bất cứ người nào từ 2 tuổi trở lên sống ở quận đều có thể được xét nghiệm tại 13 địa điểm xét nghiệm trong cộng đồng ở Quận Sacramento. Tìm các địa điểm xét nghiệm [Ở ĐÂY](#)

Để tìm hiểu thêm về cách đeo khẩu trang đúng cách, hãy truy cập [TẠI ĐÂY](#)

## VỀ HOẠT ĐỘNG THỂ THAO Ở TRƯỜNG THÌ SAO?

Sở Y Tế Công Cộng California đã ban hành [hướng dẫn mới](#), có hiệu lực từ ngày 26 tháng 2, áp dụng cho tất cả các hoạt động thể thao và giải trí có tổ chức của thanh thiếu niên. Vào ngày 5 tháng 3, Sở có bổ sung cập nhật, trong đó:

- Yêu cầu đeo khẩu trang đối với người tham gia, huấn luyện viên và nhân viên hỗ trợ các môn thể thao dành cho thanh thiếu niên và người lớn.
- Quy định rõ rằng các đội chỉ có thể trở lại thi đấu nếu họ tuân thủ các yêu cầu nghiêm ngặt hơn dành cho đội thi đấu cấp đại học, bao gồm các yêu cầu khắt khe về xét nghiệm xung quanh mỗi cuộc thi, tuân thủ các quy ước về truy vết tiếp xúc và phối hợp với các cơ quan y tế địa phương.

Hướng dẫn của Tiểu Bang đưa ra định hướng về hoạt động thể thao giải trí ngoài trời và trong nhà dành cho thanh thiếu niên và người lớn nhằm hỗ trợ một môi trường an toàn cho các môn thể thao này. Hướng dẫn này áp dụng cho tất cả các môn thể thao và giải trí có tổ chức dành cho thanh thiếu niên — bao gồm các chương trình do trường học và cộng đồng tài trợ, cũng như các câu lạc bộ và giải đấu do tư nhân tổ chức. Để biết thêm chi tiết về hướng dẫn của Tiểu Bang, hãy truy cập:

<https://www.cdph.ca.gov/Programs/CID/DCDC/Pages/COVID-19/outdoor-indoor-recreational-sports.aspx>

### VẮC-XIN NGỪA COVID-19 ĐÃ ĐƯỢC CẤP PHÉP SỬ DỤNG CHO NHỮNG ĐỘ TUỔI NÀO?

Vắc-xin của Pfizer đã được cấp phép sử dụng cho độ tuổi từ 16 trở lên. Các loại vắc-xin của Moderna và Johnson & Johnson hiện được cấp phép sử dụng cho độ tuổi từ 18 trở lên. Các công ty đã bắt đầu thử nghiệm lâm sàng cho trẻ ở độ tuổi nhỏ hơn.

### VÌ VẮC-XIN CỦA PFIZER ĐÃ ĐƯỢC CẤP PHÉP SỬ DỤNG CHO ĐỘ TUỔI TỪ 16 TRỞ LÊN, VẬY THÌ KHI NÀO THANH THIẾU NIÊN TRONG ĐỘ TUỔI NÀY CÓ THỂ ĐƯỢC TIÊM VẮC-XIN?

Xin lưu ý rằng thanh thiếu niên và trẻ nhỏ thường không có nguy cơ cao bị bệnh nặng do COVID-19. Do đó, ngay cả những thanh thiếu niên đủ tuổi để nhận vắc-xin ngừa COVID-19 của Pfizer cũng có thể sẽ nằm trong nhóm cuối cùng được tiêm. Có một vài trường hợp ngoại lệ: Những người từ 16 tuổi trở lên mắc các bệnh trạng có nguy cơ cao thì có thể có cơ hội được tiêm vắc-xin sớm hơn, cũng như những người từ 16 tuổi trở lên nhưng là người lao động trong ngành thiết yếu.

### LOẠI VẮC-XIN MỚI CỦA JOHNSON & JOHNSON

Vắc-xin của Johnson & Johnson hiện được cấp phép sử dụng cho độ tuổi từ 18 trở lên. Loại vắc-xin này được gọi là vắc-xin véc-tơ vi-rút. Để tạo ra loại vắc-xin này, đội ngũ tại Johnson & Johnson đã lấy một loại vi-rút adeno vô hại – véc-tơ vi-rút – và thay thế một đoạn nhỏ chỉ dẫn di truyền có gen vi-rút corona bằng protein gai SARS-CoV-2.

Vắc-xin véc-tơ vi-rút adeno là an toàn vì vi-rút adeno không thể tái tạo trong tế bào của con người hoặc gây bệnh, còn protein gai SARS-CoV-2 không thể gây ra COVID-19 mà không có phần còn lại của vi-rút corona.



Quý vị có thể tìm thấy nhiều tài nguyên thông tin hơn trên trang web của nhà trường [Ở ĐÂY](#)