

# PHIẾU HƯỚNG DẪN NHỮNG ĐIỀU CẦN LƯU Ý TRƯỚC VÀ SAU TIÊM CHỨNG VẮC-XIN COVID-19

## A. TRƯỚC KHI TIÊM CHỨNG:

- Tâm lý thoải mái
- Ngủ đủ giấc không thức quá khuya
- Ăn no trước tiêm, uống thêm bịch sữa nếu tiêm gần cuối buổi tiêm.
- Chuẩn bị đầy đủ giấy tờ cần thiết như: chứng minh nhân dân/căn cước công dân (nếu có), thẻ bảo hiểm y tế, phiếu tiêm các vắc xin khác, sổ khám bệnh, đơn thuốc,... sử dụng trong thời gian gần đây.
- Trong ngày đến tiêm chủng, chuẩn bị khẩu trang, tuân thủ thông điệp 5K.
- Các trường hợp chưa hết thời gian cách ly tại nhà thì ko đến tiêm và chờ hết thời gian cách ly mới tiêm, *(học sinh phải báo cho giáo viên chủ nhiệm để nhà trường có kế hoạch phối hợp y tế tiêm vét)*
- Chủ động thông báo cho cán bộ y tế những thông tin liên quan đến sức khỏe cá nhân như:
  - + Tình trạng sức khỏe hiện tại;
  - + Các bệnh mạn tính đang được điều trị;
  - + Các thuốc và liệu trình điều trị được sử dụng gần đây.
  - + Tiền sử dị ứng hoặc phản vệ của bản thân với bất kỳ tác nhân nào.
  - + Tình trạng nhiễm vi rút hoặc mắc Covid-19 (nếu có)
  - + Các loại vắc xin được tiêm hoặc uống trong vòng 14 ngày qua.

## B. SAU KHI TIÊM CHỨNG:

*(Thời gian tự theo dõi 28 ngày sau tiêm chủng, đặc biệt trong vòng 7 ngày đầu)*

### I. KHI THẤY MỘT TRONG CÁC DẤU HIỆU SAU:

- 1) Ở miệng thấy có cảm giác tê quanh môi hoặc lưỡi;
- 2) Ở da thấy có phát ban hoặc nổi mẩn đỏ hoặc tím tái hoặc đỏ da hoặc chảy máu, xuất huyết dưới da;
- 3) Ở họng có cảm giác ngứa, căng cứng, nghẹn họng, nói khó;
- 4) Về thần kinh có triệu chứng đau đầu kéo dài hoặc dữ dội, li bì; ngủ gà, lú lẫn, hôn mê, co giật;

5) Về tim mạch có dấu hiệu đau tức ngực, hồi hộp đánh trống ngực kéo dài, ngất;

6) Đường tiêu hóa dấu hiệu nôn, đau quặn bụng hoặc tiêu chảy;

7) Đường hô hấp có dấu hiệu khó thở, thở rít, khò khè, tím tái;

8) Toàn thân:

a. Chóng mặt, choáng, xây xẩm, cảm giác muốn ngã, mệt bất thường

b. Đau dữ dội bất thường tại một hay nhiều nơi không do va chạm, sang chấn.

c. Sốt cao liên tục trên 39 độ C mà không đáp ứng thuốc hạ sốt

**HÃY LIÊN HỆ VỚI:**

- **CẤP CỨU LƯU ĐỘNG 115 HOẶC ĐƯỜNG DÂY NÓNG BV TỈNH 0967.701.313**

- **HOẶC ĐẾN THẮNG BỆNH VIỆN GẦN NHẤT**

## **II. NHỮNG ĐIỀU CẦN LƯU Ý**

1) Luôn có người hỗ trợ bên cạnh 24/24 giờ, ít nhất là trong 3 ngày đầu sau tiêm chủng vắc xin phòng COVID-19.

2) Không nên uống rượu bia và các chất kích thích ít nhất là trong 03 ngày đầu sau tiêm chủng.

3) Bảo đảm dinh dưỡng đầy đủ.

4) Nếu thấy sưng, đỏ, đau, nổi cục nhỏ tại vị trí tiêm: Tiếp tục theo dõi, nếu sưng to nhanh thì đi khám ngay, không bôi, chườm, đắp bất cứ thứ gì vào chỗ sưng đau.

5) Thường xuyên đo thân nhiệt, nếu có:

a. Sốt dưới 38,5 độ C: Cởi bớt, nới lỏng quần áo, chườm/lau bằng khăn ẩm tại trán, hố nách, bẹn, uống đủ nước. Không để nhiễm lạnh. Đo lại nhiệt độ sau 30 phút.

b. Sốt từ 38,5 độ C trở lên: Sử dụng thuốc hạ sốt theo chỉ dẫn của nhân viên y tế. Nếu không cắt được sốt hoặc sốt lại trong vòng 2 tiếng cần thông báo ngay cho nhân viên y tế và đến cơ sở y tế gần nhất.