

các ca Nhiễm Covid-19 đang tăng lên ở quận king: chích ngừa vẫn là sự bảo vệ tốt nhất cho chúng ta



[Public Health Insider \(Thông Tin về Y Tế Công Cộng\)](#)

Sau nhiều tuần ở mức nhiễm COVID-19 thấp nhất kể từ năm ngoái, số ca nhiễm COVID-19 và quy mô bùng phát ở Quận King đã bắt đầu tăng trở lại. Sự gia tăng không phải là bất ngờ khi các hạn chế đối với các hoạt động được nới lỏng, nhưng số lượng gia tăng sẽ khiến tất cả chúng ta – người đã tiêm chủng cũng như chưa tiêm chủng - phải cẩn trọng hơn.

Về xu hướng các trường hợp mắc bệnh, nhập viện và bùng phát

COVID-19 đã gia tăng ở Quận King kể từ ngày 29 tháng 6, khi Chỉ Thị về mang khẩu trang trong nhà của Quận King kết thúc. Vào thời điểm đó, Y Tế Công Cộng đang báo cáo trung bình 61 ca nhiễm mới hàng ngày. Kể từ đó, số ca nhiễm hàng ngày trung bình của chúng ta đã tăng lên 141 - tăng 130% chỉ trong hơn ba tuần.

Tỷ lệ nhập viện và tử vong vẫn ở mức tương đối thấp so với các mức cao điểm trước đây, đó là điều chúng ta mong đợi ở một quận có tỷ lệ chích vắc xin tương đối cao. Nhưng gần đây, các ca nhập viện cũng đang có xu hướng gia tăng. Trong bảy ngày qua, 45 người nhập viện ở Quận King vì COVID-19, tăng 32% so với tuần trước và tỷ lệ nhập viện đã tăng gấp đôi từ 1 trên 100.000 mỗi tuần vào ngày 7 tháng 7 lên 2 trên 100.000 mỗi tuần vào ngày 17 tháng 7.

Một số đợt bùng phát gần đây đã xảy ra ở các môi trường trong nhà nơi mọi người tiếp xúc với nhau lâu, chẳng hạn như các phòng tập thể dục và các cuộc tụ họp. Những đợt bùng phát này, giống như những đợt bùng phát khác được báo cáo trên toàn quốc, bao gồm các môi trường công cộng trong nhà, nơi những người chưa được tiêm chủng và đã được tiêm chủng đầy đủ tiếp xúc với nhau và không mang khẩu trang. Có một số trường hợp lây nhiễm ngay cả ở những người đã được tiêm chủng tham gia các hoạt động trong nhà trong một không gian thông gió kém mà không mang khẩu trang.

Vắc-xin vẫn quan trọng hơn bao giờ hết

Cách tốt nhất để ngăn chặn sự gia tăng này là chích ngừa cho tất cả những người có đủ điều kiện để được tiêm chủng. Phần lớn các ca nhiễm gần đây, các trường hợp nhập viện và tử vong là ở những người chưa được chích ngừa. Trong 30 ngày qua ở Quận King, 94% trường hợp nhập viện và 94% trường hợp tử vong do COVID-19 xảy ra ở những người không được tiêm chủng đầy đủ.

Mặc dù tỷ lệ trường hợp mắc COVID-19 ở những người được tiêm chủng đầy đủ đã tăng lên trong tháng trước, nhưng tỷ lệ bệnh ở những người được tiêm chủng lại thấp so với những người không được tiêm chủng. Khoảng 14% những người có kết quả xét nghiệm dương tính với COVID-19 trong khoảng thời gian từ ngày 9 tháng 6 đến ngày 6 tháng 7 đã được tiêm chủng đầy đủ, so với 86% những người không được chủng ngừa. Tỷ lệ nhập viện ở những người chưa tiêm chủng cao hơn 34 lần so với những người đã được tiêm ngừa và tỷ lệ tử vong do COVID-19 ở những người chưa được tiêm chủng cao hơn 43 lần so với những người đã được tiêm chủng.

Vắc xin COVID-19 cung cấp khả năng bảo vệ ở mức độ rất cao để chống lại điều quan trọng nhất: các ca nhiễm mắc bệnh nặng cần nhập viện và việc tử vong. Vì không có vắc xin nào có hiệu quả 100%, nên không có gì ngạc nhiên khi một số người được tiêm phòng có thể mắc COVID-19 và có thể truyền bệnh cho người khác, mặc dù điều đó ít xảy ra hơn *nhều* so với những người chưa được tiêm phòng. Khi những người đã được chủng ngừa bị nhiễm bệnh, bệnh của họ thường nhẹ và không nghiêm trọng. Thật không may, biến thể Delta có thể làm tăng nguy cơ những người được tiêm ngừa bị phát triển các trường hợp bệnh nhẹ so với các chủng trước đó, nhưng vắc xin của chúng tôi vẫn cung cấp khả năng bảo vệ rất tốt.

Vai trò của các biến thể trong các ca nhiễm ở Quận King

Khi quý vị phơi nhiễm với COVID-19 hôm nay ở Quận King, rất có thể quý vị đang tiếp xúc với một biến thể rất dễ lây lan của vi rút. Trong số các mẫu xét nghiệm COVID-19 gần đây được giải trình tự gen ở Quận King, khoảng 90% là một biến thể đáng quan tâm chứ không phải là chủng vi rút ban đầu và khoảng 60% trong số này là biến thể Delta. Điều này đáng lo ngại vì biến thể Delta có tính lây lan rất cao.

Tại sao các ca nhiễm đang tăng lên?

Việc xác định chính xác nơi mọi người phơi nhiễm bệnh là rất phức tạp. Những người truy tìm người tiếp xúc hỏi những người có kết quả xét nghiệm dương tính với COVID-19 về nơi họ đã có mặt trong thời gian lây nhiễm. So sánh 30 ngày gần đây nhất với tháng trước, có sự tăng lên của tỷ lệ người mắc COVID-19 được báo cáo đã tham dự một sự kiện xã hội (36% so với 28%), đến quán bar hoặc nhà hàng (15% so với 10%) hoặc đã đi du lịch khỏi tiểu bang (17% so với 9%).

Tiến sĩ Jeff Duchin, Cán Bộ Y Tế, Y Tế Công Cộng - Seattle & Quận King cho biết: “Loại vi-rút này sẽ ngày càng giỏi hơn trong việc tìm kiếm những người chưa được chích ngừa, và đó là những gì chúng ta đang thấy trong dữ liệu gần đây từ Quận King. “Mặc dù tất cả chúng ta đều muốn thấy COVID-19 hoàn toàn nằm trong gương chiếu hậu và mặc dù vắc-xin của chúng ta đang làm giảm mối đe dọa một cách đáng kể, chúng ta vẫn đang bị đe dọa bởi COVID-19 tiếp tục lây lan trong cộng đồng của chúng ta, đặc biệt là đối với những người chưa được tiêm ngừa và những người không thể được tiêm ngừa, bao gồm trẻ em dưới 12 tuổi và những người có hệ miễn dịch suy giảm.”

TS. JEFF DUCHIN, NHÂN VIÊN Y TẾ, Y TẾ CÔNG CỘNG - SEATTLE & QUẬN KING

Chúng ta nên làm gì về điều này?

Cách quan trọng nhất để bảo vệ bản thân và cộng đồng là tiêm phòng. Vắc-xin cung cấp sự bảo vệ mạnh mẽ chống lại chủng COVID-19 ban đầu và các biến thể đang được quan tâm.

Mang khẩu trang trong những môi trường công cộng trong nhà

Số lượng ngày càng tăng có nghĩa là tất cả chúng ta, ngay cả những người đã được chích ngừa đầy đủ, nên cân nhắc thực hiện các biện pháp phòng ngừa bổ sung, đặc biệt là khi ở trong các môi trường trong nhà với những người khác. Những người chưa được tiêm chủng hiện vẫn được yêu cầu tiếp tục đeo khẩu trang ở các không gian công cộng, trong nhà và nên tiếp tục làm như vậy.

Y Tế Công Cộng - Seattle & Quận King hiện khuyến cáo rằng tất cả cư dân từ 5 tuổi trở lên, bất kể tình trạng tiêm chủng, mang khẩu trang ở các môi trường công cộng trong nhà. Lớp bảo vệ bổ sung này sẽ giúp tất cả chúng ta an toàn hơn, bao gồm những người chưa được tiêm chủng, như 300.000 trẻ em ở

Quận King chưa thể được tiêm ngừa và hàng nghìn người có hệ thống miễn dịch bị suy yếu hoặc bị làm cho suy giảm.

Tiểu Bang Washington đã yêu cầu những người chưa được tiêm phòng phải đeo khẩu trang ở những nơi công cộng trong nhà, mặc dù trong các cửa hàng và các không gian công cộng khác, không có cách thiết thực nào để biết ai đã tiêm vắc xin và ai chưa tiêm vắc xin. Vì lý do này, việc tất cả mọi người đeo khẩu trang trong các không gian công cộng trong nhà là một cách đáng tin cậy hơn để đảm bảo mọi người được an toàn hơn khi chúng ta theo dõi xu hướng dịch bệnh ngày càng gia tăng hiện nay.

Việc mang khẩu trang ở không gian công cộng cũng có lợi cho những người tiếp xúc gần với người có nguy cơ cao, để làm mẫu việc đeo khẩu trang cho trẻ em và để bảo vệ khỏi các bệnh hô hấp hoặc dị nguyên khác.

Ngoài việc mang khẩu trang, là một cộng đồng, chúng ta cần tăng cường nhiều lớp bảo vệ nhất có thể ngay bây giờ.

- **[Thông gió và luồng không khí](#)** là những yếu tố tối quan trọng ở môi trường trong nhà. COVID-19 tích tụ trong không khí khi những người bị nhiễm bệnh hít thở và nguy cơ gia tăng ở những nơi mọi người tập thể dục, ca hát hoặc la hét. Cửa sổ và cửa ra vào nên để mở khi có thể để tối đa dòng không khí lưu thông. Các chủ sở hữu tòa nhà và các chủ doanh nghiệp nên xem xét nâng cấp hệ thống HVAC và lọc không khí. Khi có thể, hãy tụ tập bên ngoài, nơi rủi ro thấp hơn nhiều. Xem thêm thông tin tại [hướng dẫn thông khí của CDC](#).
- Nếu quý vị có các triệu chứng **ngay cả khi là nhẹ**, cho dù quý vị đã tiêm ngừa hay chưa, **hãy đi xét nghiệm COVID và cách ly bản thân** khỏi những người khác trong khi chờ kết quả.
- Nếu quý vị đã chích ngừa, bây giờ là thời điểm lắng nghe bạn bè, gia đình và những đồng nghiệp, người có thể có những mối lo lắng và giúp kết nối họ với nguồn [thông tin](#) để giúp trả lời những câu hỏi của họ.

Nguồn Đăng Gốc Ngày 23 Tháng 7 Năm 2021