

## **Thông tin về bệnh nhân COVID-19 được xuất viện sớm?**

Bộ Y tế ngày 14/7 đã ban hành Hướng dẫn chẩn đoán và điều trị COVID-19 mới. Đây là lần hướng dẫn thứ 6 từ khi dịch xuất hiện ở nước ta với nhiều điểm điều chỉnh phù hợp với thực tế diễn biến dịch và tình hình điều trị COVID-19 hiện nay:.

***Người bệnh có thể được xuất viện vào ngày thứ 10*** kể từ thời điểm xét nghiệm dương tính với SARS-CoV-2 khi: Không có triệu chứng lâm sàng trong 10 ngày (kể từ thời điểm được xác định bệnh với xét nghiệm dương tính với SARS-CoV-2); và có 2 lần kết quả xét nghiệm RT-PCR âm tính hoặc có nồng độ virus thấp (khi XN PCR chỉ có tín hiệu sau hơn 30 chu kỳ khuếch đại gen, thuật ngữ chuyên môn gọi là Ct value  $\geq 30$ ). (UBND TPHCM: ngày thứ 7 làm RT-PCR, nếu âm tính hoặc Ct value  $\geq 30$  có thể cho xuất viện về nhà cách ly. Nếu chưa đạt tiêu chuẩn ra viện có thể làm lại test nhanh mỗi 2 ngày, khi nào test nhanh âm tính có thể ra viện về cách ly tiếp tại nhà theo quy định)

Cơ sở khoa học: các nghiên cứu đã công bố trên y văn hiện nay đều chứng minh rằng với kết quả PCR phát hiện RNA virus SARSCoV2 tại vùng hầu họng có Ct  $\geq 30$  đều không còn khả năng lây nhiễm bệnh (không thể nuôi cấy được trong phòng thí nghiệm). Do đó một người bệnh có kết quả PCR dương tính “yếu” với Ct value  $\geq 30$  hầu như không có khả năng lây virus SARS-CoV-2 ra cộng đồng.

Thông thường test nhanh kháng nguyên âm tính đều tương ứng với PCR có kết quả Ct value  $\geq 30$  hoặc âm tính hoàn toàn

***Đối với các trường hợp khác: Người bệnh sẽ được xuất viện vào ngày thứ 14*** thậm chí lâu hơn nếu có các biến chứng cần điều trị ổn.

Bộ Y tế yêu cầu người bệnh sau khi xuất viện cần tiếp tục cách ly tại nhà phù hợp dưới sự giám sát của y tế cơ sở và CDC địa phương thêm 14 ngày và theo dõi thân nhiệt tại nhà 2 lần/ngày, nếu thân nhiệt cao hơn 38 độ C ở hai lần đo liên tiếp hoặc có bất kỳ dấu hiệu lâm sàng bất thường nào thì cần đến ngay cơ sở y tế để thăm khám và xử trí kịp thời. Các bệnh nhân tại TPHCM khi về cách ly tại nhà cần khai báo sức khoẻ qua phần mềm của ngành y tế mỗi ngày để cơ sở y tế địa phương quản lý.

---

Cơ sở khoa học cho các quan điểm mới về cách ly tại nhà & xuất viện sớm

1/ Sau khi nhiễm SARS-CoV2 có hơn 80% người bệnh COVID-19 là không triệu chứng (60%) hoặc chỉ sốt nhẹ, ho, mệt mỏi, không bị viêm phổi. Tất cả sẽ tự hồi phục sau khoảng một tuần. Khoảng 20% số bệnh nhân diễn biến nặng, thời gian trung bình từ khi khởi bệnh (có triệu chứng ban đầu) tới khi diễn biến nặng thường khoảng 5-8 ngày. Các biểu hiện nặng bao gồm: khó thở, suy hô hấp do viêm phổi, viêm phổi nặng; cá trường hợp này cần nhập viện để điều trị. Trong số các bệnh nhân nặng này, khoảng 3-5% cần điều trị tại các đơn vị hồi sức tích cực với các biểu hiện hô hấp cấp (thở nhanh, khó thở, tím tái, ...), hội chứng suy hô hấp cấp tiến triển (ARDS), rối loạn đông máu, tổn thương vi mạch gây huyết

khối và tắc mạch, viêm cơ tim, sốc nhiễm trùng, suy chức năng các cơ quan bao gồm tổn thương thận và tổn thương cơ tim, dẫn đến tử vong.

Sau giai đoạn toàn phát 7-10 ngày, nếu không có các biến chứng nặng kể trên, bệnh nhân sẽ hết sốt các dấu hiệu lâm sàng dần trở lại bình thường và khỏi bệnh.

Như vậy sau 7- 10 ngày không có biến chứng nặng, về mặt lâm sàng người bệnh có thể an toàn xuất viện.

2/ Về mặt virus học, nếu kết quả PCR âm tính hoặc có Ct value  $\geq 30$  thì không còn khả năng lây truyền (các nghiên cứu chứng minh không thể phân lập được virus sống từ mẫu phết ty hầu của bệnh nhân này)

Tài liệu tham khảo

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32442256/>

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34011679/>

Tuy nhiên để bảo đảm an toàn cho người bệnh & không lây lan cho cộng đồng, hiện nay ngành Y tế vẫn yêu cầu người bệnh sau khi xuất viện cần tiếp tục cách ly tại nhà dưới sự giám sát của y tế cơ sở và CDC địa phương thêm 14 ngày. Một số thông tin người bệnh nên biết khi cách ly tại nhà:

## **6 ĐIỀU BẠN CẦN LÀM KHI TIẾP TỤC CÁCH LY TẠI NHÀ**

1. Không được ra khỏi nhà cho tới khi ngành y tế cho phép
2. Xét nghiệm của bạn đã có kết quả nồng độ vi rút trong vùng họng thấp và sẽ giảm thêm vào những ngày tới, nên khả năng lây cho những người trong gia đình không cao. Tuy nhiên bạn phải tuyệt đối thực hiện: giữ khoảng cách trên 2m khi tiếp xúc với người nhà, mang khẩu trang và tắm che giọt bắn trong lúc được tiếp tế.
  - Nếu trong phòng chỉ có một mình, bạn không cần thiết phải mang khẩu trang thường xuyên
  - Tình trạng bệnh của bạn đã ổn định nhưng bạn vẫn phải tự theo dõi sức khỏe của mình.
  - Tự theo dõi nhiệt độ mỗi ngày, nếu có lo lắng và bất thường thì liên lạc với nhân viên y tế
3. Để tăng sức đề kháng nhằm giúp bệnh mau khỏi:
  - Uống đủ nước
  - Ngủ đủ giấc
  - Ăn đủ chất
  - Vận động tập thể dục điều độ
4. Bảo đảm vệ sinh trong ăn uống và sinh hoạt:
  - Ăn sạch uống sạch, an toàn vệ sinh thực phẩm

- Nhà vệ sinh phải luôn sạch sẽ: luôn mang khẩu trang khi đi vệ sinh, rửa tay sạch sau đi vệ sinh.

5. Phòng ở phải thông thoáng, thường xuyên làm vệ sinh bề mặt xung quanh nơi bạn làm việc

6. nhân viên y tế sẽ liên hệ với bạn để làm xét nghiệm lại và quyết định khi nào bạn được hòa nhập với cộng đồng.

*Cập nhật 22/7/2021*

*TS.BS. Nguyễn Văn Vĩnh Châu*