

Số: 09/2020/PLX-CV-CD

Hà Nội, ngày 03 tháng 02 năm 2020



V/v: Phòng ngừa dịch bệnh do virus corona

Kính gửi: Các Công đoàn cơ sở trực thuộc

Trước diễn biến phức tạp của dịch bệnh viêm đường hô hấp cấp do chủng mới của virus Corona (nCoV) gây ra, ngày 03/02/2020 Tập đoàn Xăng dầu Việt Nam đã có Công điện khẩn về việc chủ động phòng chống dịch viêm đường hô hấp cấp. Để đảm bảo và nâng cao sức khỏe phòng chống dịch bệnh cho CBCNV, Công đoàn Xăng dầu Việt Nam đề nghị các Công đoàn cơ sở trực thuộc thực hiện tốt một số công việc sau đây:

1. Thường xuyên theo dõi, cập nhật diễn biến tình hình dịch cúm trên các phương tiện thông tin đại chúng để chủ động cung cấp thông tin tình hình diễn biến dịch bệnh cho CBCNV.

2. Tạm dừng tổ chức các hoạt động Hội thao, Hội diễn, du xuân, du lịch trong thời gian có dịch bệnh viêm đường hô hấp cấp.

3. Tăng cường thông khí phòng làm việc bằng cách mở các cửa ra vào và cửa sổ, hạn chế sử dụng điều hòa. Thường xuyên vệ sinh nền nhà, tay nắm cửa và bề mặt các đồ vật trong phòng làm việc bằng các chất tẩy rửa thông thường, như xà phòng và các dung dịch khử khuẩn thông thường khác.

4. Chủ động đề xuất với Lãnh đạo đơn vị mua và trang cấp khẩu trang cho CBCNV, nước rửa tay, xà phòng tại nơi làm việc.

5. Tuyên truyền phổ biến cho toàn thể CBCNV về những kiến thức phòng ngừa:

- Luôn giữ ấm cơ thể.
- Vệ sinh cá nhân.

- Sử dụng khẩu trang đúng cách: Chỉ sử dụng 1 lần rồi vứt vào thùng rác an toàn, có nắp đậy. Không tái sử dụng khẩu trang dùng một lần. Khi đeo khẩu trang phải để mặt xanh ra ngoài do mặt màu xanh có tính chống nước, các giọt nước bọt lớn bắn vào sẽ không thấm vào trong. Khi tháo khẩu trang chỉ được cầm vào dây đeo qua tai, tháo ra cho vào thùng rác an toàn. Tuyệt đối không dùng tay cầm vào khẩu trang để tháo ra; thói quen lấy tay vo khẩu trang lại sẽ gây lây nhiễm vi rút và các tác nhân gây bệnh khác cho bàn tay.

- Rửa tay thường xuyên bằng xà phòng và nước sạch (trong ít nhất 20 giây), hoặc các loại nước rửa tay có chứa cồn với hàm lượng ít nhất 60%. Tránh dùng tay không rửa sạch để chạm vào mắt, mũi và miệng.

- Súc họng bằng nước sát khuẩn miệng.

- Tránh chạm tay bẩn vào mắt, mũi, miệng.

- Ăn chín, uống sôi, ăn uống đủ dinh dưỡng, đặc biệt là giữ cho cổ họng ẩm, không để cổ họng bị khô.

- Không để khát nước (vì khi màng trong cổ họng bị khô, virus sẽ dễ xâm nhập vào)

- Không uống nhiều nước cùng một lúc mà uống nhiều lần, bất cứ khi nào thấy cổ họng bị khô.

- Uống ấm mỗi lần 50-80cc.

- Bổ sung thêm vitamin C cho cơ thể để nâng cao sức đề kháng.

- Tránh thực phẩm chiên hoặc cay.

- Luyện tập thể dục thể thao hợp lý, phù hợp thể trạng.

- Tránh đến những chỗ đông người; tránh tiếp xúc với người bị sốt, ho.

- Sau khi hết giờ làm/trước khi về nhà nên cởi bỏ đồ bảo hộ và vệ sinh, làm sạch tại nơi làm việc.

- Không để cho người nhà tiếp xúc với đồ bảo hộ và giày khi chưa được vệ sinh sạch.

- Các đơn vị có CBCNV gần đây đi Vũ Hán, Trung Quốc hoặc tiếp xúc với người có khả năng lây nhiễm cần tự cách ly tại nhà và theo dõi sức khỏe trong vòng 14 ngày. Cần khai báo với cơ quan sở tại nơi gần nhất để được hỗ trợ khi cần thiết.

- Khi có dấu hiệu sốt, ho, khó thở cần liên lạc ngay với các cơ sở Y tế gần nhất để được tư vấn, khám và điều trị.

Đề nghị các Công đoàn cơ sở nghiêm túc triển khai thực hiện./.

Nơi nhận:

- Như trên;
- Các đơn vị thành viên PLX (p/h thực hiện);
- CĐ CTVN (b/c);
- ĐU, LĐ PLX (b/c);
- Lưu VT.

**TM. BAN CHẤP HÀNH
PHÓ CHỦ TỊCH**



Nguyễn Xuân Tương