

*Gửi bạn bè và gia đình về sự nghiêm trọng của Covid-19
Dan _ Huỳnh Huệ dịch*

Dưới đây là một thư điện tử từ Bác sĩ Dan Johnson, MD, bác sĩ gây mê, Phòng chăm sóc đặc biệt của Trung tâm Y tế Nebraska viết gửi bạn bè và gia đình về sự nghiêm trọng của COVID-19. Thư được chia sẻ với sự cho phép của Tiến sĩ Johnson. Tôi là bác sĩ tại Nebraska Medicine (Hệ thống Y tế Nebraska). Đây là những gì tôi muốn nói với gia đình về COVID-19.



Đại dịch COVID-19 sẽ là một thách thức đối với Hoa Kỳ không giống như bất kỳ điều gì chúng ta đã trải qua trong đời. Trong vài tuần qua, tôi đã tham gia vào nhiều cuộc họp mỗi ngày và tôi được nghe ý kiến của các chuyên gia trong lĩnh vực đại dịch, đặc biệt là về đại dịch này và những gì chúng ta cần làm.



Nếu bất cứ người nào nghe từ gia đình hoặc bạn bè nghĩ rằng đây không phải là vấn đề lớn, hoặc rằng phản ứng của nước Mỹ là quá mức, xin biết rằng họ đã rất sai lầm. Tôi chắc chắn rằng tất cả các bạn đã đọc về nhiều lý do rằng bệnh này KHÔNG giống như bệnh cúm. Số người nhiễm bệnh trên toàn thế giới và ở Hoa Kỳ đã bị ước lượng quá thấp (vì nhiều người nhiễm bệnh chưa được thử nghiệm). Nếu muốn biết số

liệu chuẩn nhất hiện giờ, hãy nói chuyện với nhân viên bệnh viện ở trong tâm dịch và hỏi họ về tình hình.

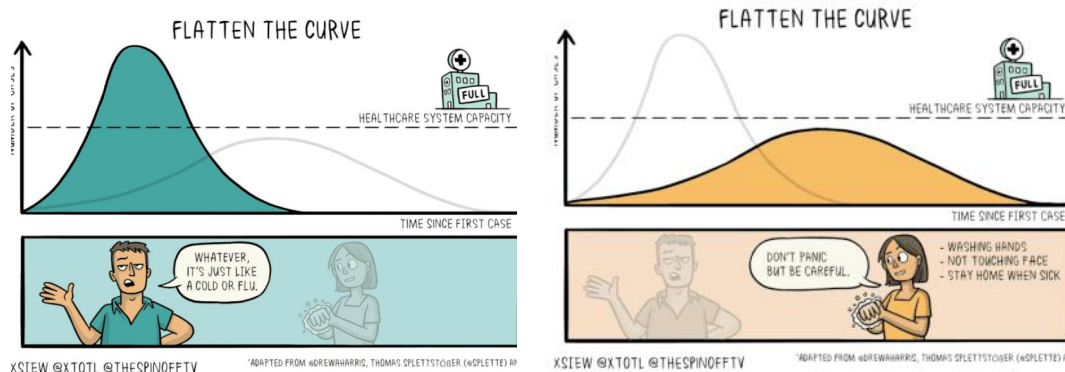
Tôi đã liên lạc với một người bạn là một bác sĩ chăm sóc đặc biệt từ vùng Bologna của Ý. Các nhân viên chăm sóc sức khỏe ở đó đang sống trong cơn ác mộng, phải quyết định ai sống và ai chết vì thiếu oxy do hệ thống chăm sóc sức khỏe của họ bị quá tải. Ở Hoa Kỳ, chúng ta có ba hướng cho COVID-19:



Đất nước xem thử thách này như Thế chiến I và Thế chiến II, hầu hết mọi người đều làm đúng, và chúng ta sẽ bị tổn hại nhưng không sao. Nhiều người làm những điều đúng đắn, nhiều người không và chúng ta sẽ có những cuộc đấu tranh tương tự như Ý đang chịu đựng.

Mọi người xem bệnh dịch này không phải là vấn đề lớn, và hệ thống chăm sóc sức khỏe của chúng ta (cả cuộc sống mà chúng ta biết) sẽ bị tê liệt. Có lẽ bạn đã từng nghe về khái niệm về làm thẳng đường cong.

Nếu chúng ta không có biện pháp khẩn trương hạn chế tối đa sự lây lan của virus, và nếu chúng ta không loại bỏ được nguy cơ ở mức cảnh báo đỏ, sẽ có những hậu quả nghiêm trọng.



1_ Nhiều người, bao gồm một số bạn bè và gia đình của chúng ta, sẽ chết.

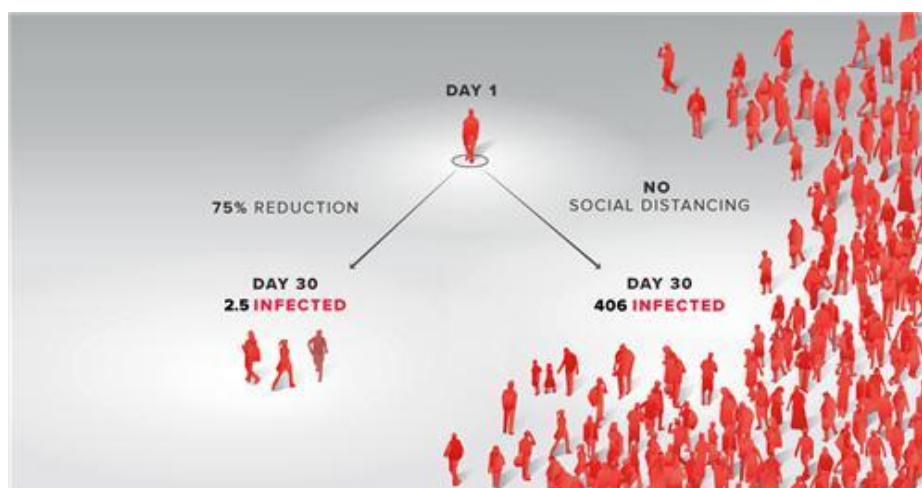
2_ Nhân viên y tế như tôi, Rachel và khá nhiều người trong các bạn có nguy cơ tử vong cao hơn.

3_ Tất cả nhân viên y tế sẽ phải chứng kiến những cái chết không cần thiết của những bệnh nhân lẽ ra có thể sống sót.



Trong đợt bùng phát SARS-1, các bác sĩ và y tá chăm sóc bệnh nặng ở Châu Á và Canada đã mắc chứng Hậu sang chấn tâm lý suốt đời khi chứng kiến bệnh nhân thở hỗn hển và chết vì họ không có đủ máy thở. SARS-1 không là gì so với COVID-19. Nếu chúng ta không có biện pháp khẩn trương chống dịch lây lan, Rachel, Bridget và tôi sẽ phải chứng kiến nhiều ca tử vong kiểu này.

Nếu không có vắc-xin hoặc thuốc chống vi-rút trước mắt, cơ hội tốt nhất để tránh làm tê liệt các bệnh viện của chúng ta là các can thiệp phi dược phẩm. Hai cách tốt nhất để làm điều đó là (1) hạn chế giao tiếp xã hội và (2) vệ sinh thật tốt.



Xin kiểm tra các biện pháp đề xuất sau đây từ Washington Post và chia sẻ bài viết này.

Các cách tốt nhất mà khá đơn giản để bạn có thể hạn chế giao tiếp xã hội:

1_ Bạn và các con bạn nên ở nhà. Điều này bao gồm không đi nhà thờ, không đi tập thể dục, không đi đâu cả.

2_ *Đừng đi du lịch vui chơi cho đến khi dịch qua đi. Đừng đi công tác trừ khi công việc của bạn thực sự bắt buộc.*

3_ *Tránh các nhóm người tụ tập. Không chỉ là đám đông, nhóm. Chỉ cần là ngay trong gia đình của bạn. Tôi nghĩ rằng trẻ con chỉ nên chơi với anh chị em vào thời điểm này, không có hẹn gặp mặt đi chơi, v.v.*

4_ *Khi bạn phải rời khỏi nhà (để mua tạp phẩm, đi làm), hãy duy trì khoảng cách sáu feet (khoảng 1, 8 mét) với mọi người. THỰC SỰ phải tránh xa những người bị ho hoặc người trông có vẻ bị bệnh.*



Tôi không nói mọi người không nên đi làm. Chỉ cần đừng ra ngoài vì bất cứ điều gì không cần thiết, và nếu bạn có thể làm việc tại nhà, hãy làm điều đó.

Mọi người trong email này, ngoài Bố mẹ, đều ít có nguy cơ mắc bệnh nghiêm trọng nếu khi họ bị nhiễm COVID-19. Dù điều này là tuyệt vời, đây không phải là điểm chính. Khi còn trẻ, những người khỏe mạnh không thực hiện được hạn chế giao tiếp xã hội và vệ sinh, họ nhiễm virus và lây nó cho những người già có nguy cơ mắc bệnh hiểm nghèo hoặc tử vong cao hơn. Vì vậy, mọi người cần phải ở nhà. Ngay cả những người trẻ tuổi.



Xin nói với mọi người trên 60 tuổi và mọi người có tiền sử bệnh để tránh mọi người xung quanh. Xin đừng để con bạn đến thăm ông bà của chúng nếu bạn có thể tránh được điều này. Hãy gặp họ qua Face Time, di động hay Internet.

Đất nước của chúng ta là mạnh nhất trên thế giới. Chúng ta đã trải qua những thử thách khắc nghiệt khác và đã thành công nhiều lần trước đó. Chúng ta SẼ trở lại cuộc sống bình thường.

Hãy thực hiện các biện pháp này ngay bây giờ để phòng chống dịch bệnh lây lan, để chúng ta có thể tránh được thảm họa.

Thân mến,