

ĐẠI HỌC Y DƯỢC THÀNH PHỐ HỒ CHÍ MINH  
KHOA DƯỢC



# SỬ DỤNG THUỐC AN TOÀN TẠI NHÀ CHO NGƯỜI NHIỄM COVID-19



09/2021

# Mục lục

|                                                             |           |
|-------------------------------------------------------------|-----------|
| <b>I. Những điều cần biết khi điều trị COVID-19 tại nhà</b> | <b>01</b> |
| <b>II. Sử dụng thuốc an toàn</b>                            |           |
| <b><i>Thuốc kháng virus</i></b>                             |           |
| Thuốc kháng virus                                           | <b>05</b> |
| Không tự ý sử dụng kháng sinh                               | <b>06</b> |
| <b><i>Thuốc giảm triệu chứng</i></b>                        |           |
| Thuốc hạ sốt                                                | <b>07</b> |
| Thuốc giảm ho                                               | <b>09</b> |
| Thuốc trị tiêu chảy                                         | <b>14</b> |
| Thuốc sát khuẩn mũi họng                                    | <b>15</b> |
| Vitamin                                                     | <b>16</b> |
| <b><i>Thuốc dùng khi có dấu hiệu trở nặng</i></b>           |           |
| Xử trí khi có dấu hiệu trở nặng                             | <b>17</b> |
| Thuốc kháng viêm corticoid                                  | <b>18</b> |
| Thuốc kháng đông                                            | <b>19</b> |
| Lưu ý khi dùng thuốc                                        | <b>20</b> |
| <b>III. Phụ lục</b>                                         |           |
| Danh mục nhà thuốc/ ứng dụng mua thuốc online               | <b>21</b> |
| Bảng theo dõi sử dụng thuốc                                 | <b>22</b> |
| Cách dùng một số loại thuốc                                 | <b>23</b> |
| Ban biên soạn - Lời cảm ơn                                  | <b>24</b> |





Nhận diện



# NGƯỜI NHIỄM COVID-19

## Người nhiễm COVID-19

(test nhanh kháng nguyên/ RT-PCR)

Không triệu chứng/ triệu chứng nhẹ  
(không có suy hô hấp:  $SpO_2 > 95\%$ ,  
nhịp thở  $\leq 20$  lần/ phút)



Tuổi từ 1 đến 50, không đang mang  
thai, không có bệnh nền\*

HOẶC

Đã được tiêm 1 mũi vaccine ít nhất  
14 ngày



Có khả năng tự chăm sóc hoặc có  
người thân hỗ trợ chăm sóc

## ĐIỀU TRỊ TẠI NHÀ

## Có 1 trong các đặc điểm:

- Dấu hiệu viêm phổi/ khó thở/ thở bất thường (khò khè, thở rên, thở rít, rút lõm lồng ngực, phập phồng cánh mũi)
- Nhịp thở  $> 20$  lần/phút
- $SpO_2 \leq 95\%$
- Trẻ  $< 1$  tuổi hay người  $> 50$  tuổi } và chưa được tiêm vaccine
- Người đang mang thai
- Có bệnh nền\*

## Điều trị tại cơ sở y tế



### \*Bệnh nền gồm:

1. Đái tháo đường
2. Bệnh thận mạn
3. Ung thư
4. Tăng huyết áp
5. Bệnh gan
6. Thừa cân/ béo phì
7. Bệnh tim mạch
8. Bệnh mạch máu não
9. Hội chứng Down
10. HIV/ AIDS
11. Thiếu hụt miễn dịch
12. Bệnh huyết học mạn tính
13. Hen phế quản
14. Các bệnh hệ thống

15. Bệnh thần kinh (gồm cả sa sút trí tuệ)
16. Bệnh phổi tắc nghẽn mạn tính (COPD) và các bệnh phổi khác
17. Sử dụng chất gây nghiện
18. Chép tạng/ cấy tế bào gốc tạo máu
19. Đang dùng corticoid/ thuốc ức chế miễn dịch
20. Trẻ em, bệnh tim/ rối loạn di truyền/ rối loạn nội tiết bẩm sinh/ tăng áp phổi

Điều trị

tại nhà

cho người nhiễm COVID-19

Trước tiên:  
Thông báo với  
nhân viên y tế

Chế độ ăn uống, nghỉ ngơi



Quét mã QR code để truy cập  
"Số tay sức khỏe COVID-19 - ĐH  
Y Dược Tp.HCM"



Tự theo dõi sức khỏe

Ghi nhận vào phiếu theo dõi (trang 22)

Sinh hiệu



Huyết áp

SpO<sub>2</sub>

Nhịp thở



Mạch

Nhiệt độ

Các triệu chứng khác

Sử dụng thuốc hợp lý, an toàn



Thuốc giảm triệu chứng:

Thuốc hạ sốt

Thuốc giảm ho

Thuốc trị tiêu chảy

Thuốc sắt khuẩn mũi họng

Vitamin



Thuốc dùng khi

có dấu hiệu trở nặng:

Thuốc kháng viêm corticoid

Thuốc kháng đông



Thuốc kháng virus

(nếu đủ điều kiện)

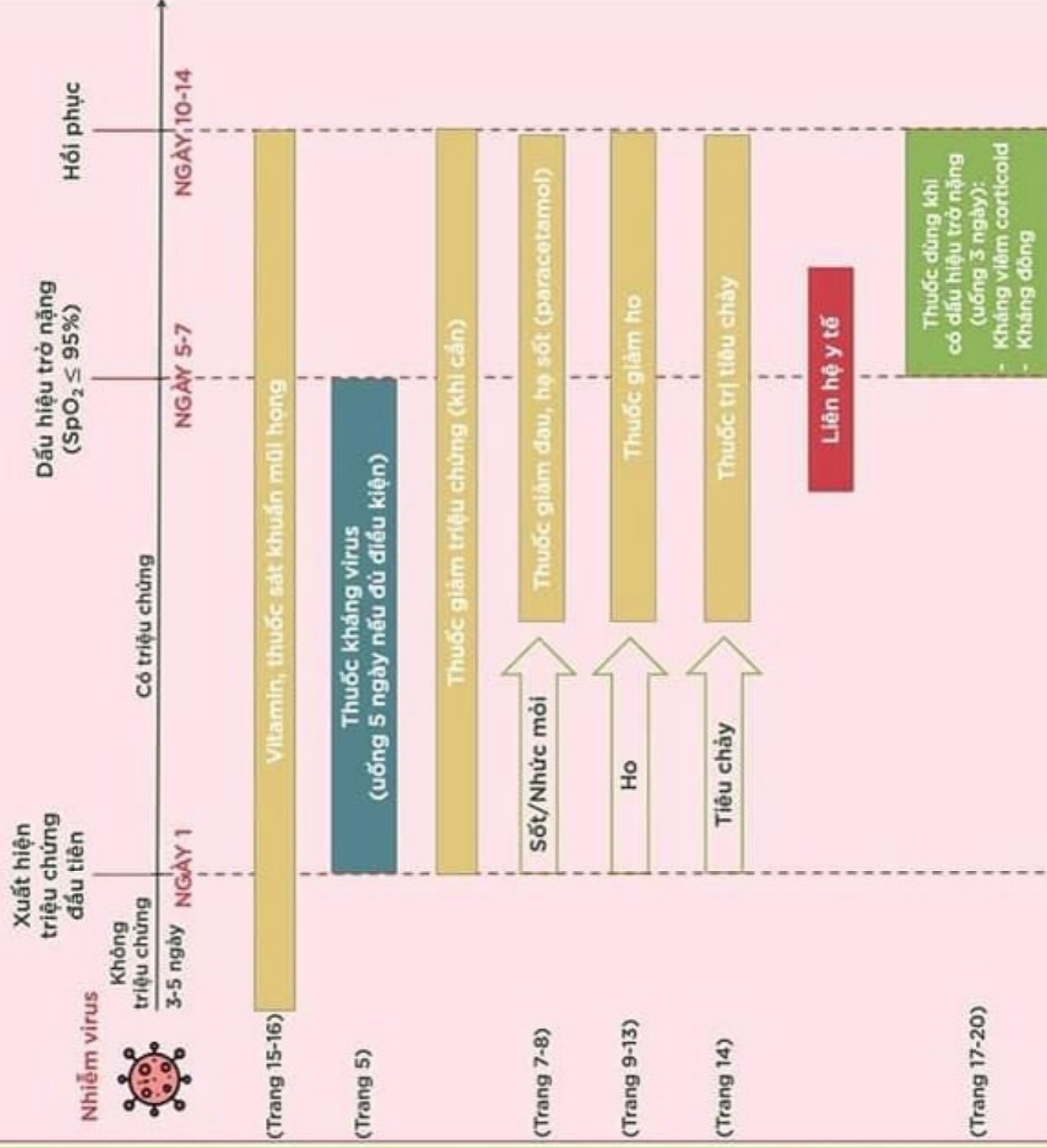
Nguồn:

1. Bộ Y tế (2021). "Hướng dẫn tạm thời về quản lý người nhiễm COVID-19 tại nhà" (Quyết định 4016/BYT-QĐ)

2. Sở Y tế TP.HCM (2021). "Hướng dẫn gói chăm sóc sức khỏe tại nhà cho người F0" phiên bản 1.5 (Công văn 6065/SYT-NVY)



Sử dụng thuốc hợp lý theo diễn tiến bệnh



**LƯU Ý:** Diễn tiến bệnh có thể khác nhau giữa các người nhiễm. Cần chú ý theo dõi triệu chứng và dấu hiệu trở nặng để xác định thời điểm dùng thuốc.

Nguồn:

1. Bộ Y tế (2021), "Hướng dẫn tạm thời về quản lý người nhiễm COVID-19 tại nhà" (Quyết định 4036/QĐ-BYT-QĐ)
2. Sở Y tế TPHCM (2021), "Hướng dẫn gói chăm sóc sức khỏe tại nhà cho người F0" phiên bản 1.5 (Công văn 606/SYT-NVY)
3. World Health Organization (2021), "COVID-19 Clinical management: living guidance"



## THÔNG BÁO NGAY

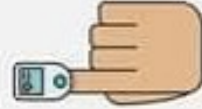
VỚI CƠ SỞ Y TẾ

### KHI CÓ 1 TRONG CÁC DẤU HIỆU SAU

Nhịp thở:  
≥ 21 lần/phút (người lớn)  
≥ 30 lần/phút (trẻ 5 - 12 tuổi)  
≥ 40 lần/phút (trẻ 1 - 5 tuổi)



Nhịp thở tăng



$SpO_2 \leq 95\%$



Mạch > 120 nhịp/phút  
hoặc < 50 nhịp/phút



Huyết áp < 90/60mmHg



Da xanh/ môi nhạt/  
đầu ngón tay, chân lạnh/  
tím tái



Thay đổi ý thức:  
lơ mơ, co giật



Mắc bệnh cấp tính  
khác

Trẻ em



Nôn, không thể uống,  
ăn/bủ kém, sốt cao, hồng ban



Bất kỳ dấu hiệu nào  
gây lo lắng



# Thuốc kháng virus

Sử dụng an toàn



## Tác dụng

Ngăn virus tăng sinh trong cơ thể.



## Lưu ý

- Hiện tại chỉ có hai thuốc đang được sử dụng tại Việt Nam là: remdesivir (dùng tại bệnh viện) và molnupiravir (đang được thử nghiệm lâm sàng).
- Các thuốc kháng virus khác vẫn chưa có kết quả rõ ràng và chưa được Bộ Y tế cấp phép sử dụng.



## Khi nào cần dùng

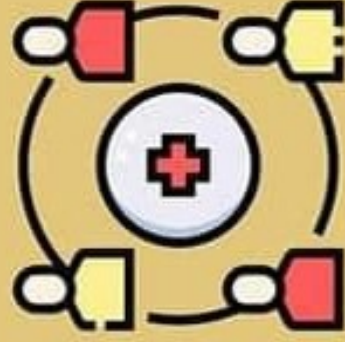
Thuốc kháng virus (Molnupiravir) được sử dụng với người nhiễm COVID-19 có triệu chứng nhẹ.



800 mg/lần, 2 lần/ngày  
trong 5 ngày liên tục.

## Thông tin

- Hiện tại, thuốc kháng virus Molnupiravir đang được thử nghiệm lâm sàng và được Bộ Y Tế cung cấp trong Chương trình can thiệp cộng đồng có kiểm soát cho người mắc COVID-19 có triệu chứng nhẹ.
- Vui lòng liên hệ trạm y tế địa phương để đăng kí sử dụng thuốc.



Nguồn:

1. Bộ Y tế (2021). "Hướng dẫn Chẩn đoán và điều trị COVID-19 do chủng vi rút Corona mới (SARS-CoV-2)" (Quyết định 3416/BYT-QĐ)
2. Sở Y tế TPHCM (2021). "Hướng dẫn gói chăm sóc sức khỏe tại nhà cho người F0" phiên bản 1.5 (Công văn 6065/SYT-NVY)
3. World Health Organization (2021). "COVID-19 Clinical management: living guidance"
4. National Institutes of Health, COVID-19 Treatment Guidelines Panel (2021). "Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) Treatment Guidelines"

## Không tự ý sử dụng

# Kháng sinh



### Lưu ý

- Kháng sinh chỉ có tác dụng trên VI KHUẨN.
- Kháng sinh **KHÔNG** có tác dụng trên virus gây bệnh COVID-19.  
(Ví dụ một số kháng sinh: amoxicillin/ acid clavulanic, azithromycin, ciprofloxacin, levofloxacin, doxycyclin, sulfamethoxazol + trimethoprim,...).
- Kháng sinh chỉ được kê đơn bởi Bác sĩ.



## CẦN BẢO

## VỚI NHÂN VIÊN Y TẾ

Khi có dấu hiệu nghi ngờ nhiễm khuẩn:



Sốt quá 02 ngày  
hoặc  
Sốt trở lại sau vài ngày  
kể từ khi hết sốt



Khó thở hoặc nặng ngực



Ho nhiều kèm khạc đàm  
màu vàng xanh hoặc  
đám màu rỉ sắt

Nguồn:

1. Bộ Y tế (2021). "Hướng dẫn Chẩn đoán và điều trị COVID-19 do chủng vi rút Corona mới (SARS-CoV-2)" (Quyết định 3436/ĐYT-QĐ)
2. World Health Organization (2021). "COVID-19 Clinical management: living guidance"
3. National Institutes of Health. COVID-19 Treatment Guidelines Panel (2021). "Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) Treatment Guidelines"
4. Chedid M, et al (2021). "Antibiotics in treatment of COVID-19 complications: a review of frequency, indications, and efficacy" 3 Infect Public Health, 14(5), 570-576.



# Thuốc giảm đau, hạ sốt

an toàn



Ưu tiên sử dụng **PARACETAMOL** (tên gọi khác là **Acetaminophen**).



Viên nén uống



Viên sủi  
(Hòa tan  
trong nước)



Thuốc bột  
(Hòa tan  
trong nước)



Thuốc đặt trực tràng  
(Trẻ em)



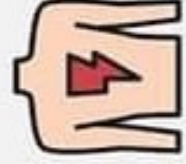
Siro  
(Trẻ em)



**Khi nào cần dùng thuốc?**



Đau đầu



Đau nhức  
toàn thân



Sốt  $\geq 38.5^{\circ}\text{C}$



**Cách dùng**



Người lớn hoặc trẻ  $\geq 40$  kg  
500 mg/lần, mỗi 4-6 giờ  
Tối đa 4 lần trong 24 giờ



Trẻ  $< 40$  kg  
10-15 mg/kg/lần, mỗi 4-6 giờ  
Tối đa 4 lần trong 24 giờ

## ⚠ Lưu ý



Uống nước thường xuyên và đảm bảo uống tối thiểu 2 lít/ngày



Đọc kỹ thành phần của thuốc. **KHÔNG** sử dụng chung các chế phẩm có cùng thành phần paracetamol.



Khoảng cách tối thiểu giữa hai liều là 4 giờ.



Hỏi ý kiến Bác sĩ/  
Được sĩ khi dùng thuốc cho người nghiện rượu, suy thận.



## Theo dõi và liên hệ Bác sĩ/ Dược sĩ khi:

- Không giảm sốt sau 1-2 giờ hoặc sốt trở lại trước khi tới thời gian dùng liều tiếp theo\*
- Sốt, đau tăng dần hoặc không giảm sau 2 lần dùng thuốc.
- Dị ứng (phát ban, mẩn đỏ, ngứa).

\*Có thể dùng 1 liều ibuprofen hạ sốt (xem trang 8) khi chưa liên hệ được ngay với y tế.



Nguồn:

1. SỞ Y TẾ TP HCM (2021), "Hướng dẫn gói chăm sóc sức khỏe tại nhà cho người 60+ phiên bản 1.5 (Công văn 6065/STY-NVY)"
2. EMC (2020), "Paracetamol-Summary of product characteristics"



Sử dụng

# Thuốc giảm đau, hạ sốt

an toàn

❓ Trường hợp paracetamol không hạ sốt hiệu quả?

Sau khi dùng paracetamol mà KHÔNG giảm sốt sau 1-2 giờ hoặc sốt trở lại trước khi tối thời gian dùng liều paracetamol tiếp theo

+



KHÔNG có  
sốt xuất huyết

+



CHƯA liên hệ  
được NVYT

Sử dụng

**IBUPROFEN**



## ⚠ Lưu ý

Hỏi ý kiến Bác sĩ/ Dược sĩ trong trường hợp người bệnh có:

- Suy thận/ suy gan
- Loét dạ dày tá tràng
- Bệnh tim mạch
- Người cao tuổi
- Rối loạn đông máu hoặc đang sử dụng thuốc kháng đông



Cách dùng:



Người lớn, trẻ ≥12 tuổi

200-400 mg/lần, mỗi 4-6 giờ

Tối đa 3 lần trong 24 giờ



Trẻ ≥3 tháng

hoặc cân nặng ≥ 5kg

4-10 mg/kg/lần, mỗi 6-8 giờ

Tối đa 3 lần trong 24 giờ

Đối tượng KHÔNG NÊN  
sử dụng



Dị ứng thuốc  
ibuprofen



Phụ nữ có thai



Thông báo cho Bác sĩ/ Dược sĩ khi:

- Dị ứng (phát ban, mẩn đỏ, ngứa)
- Có dấu hiệu xuất huyết (vết bầm trên da, chảy máu chân răng, đau bụng kèm phân đen hoặc nôn ra máu).



Nguồn:

1. National Institutes of Health, COVID-19 Treatment Guidelines Panel (2021), "Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) Treatment Guidelines"

2. EMC (2020), "Ibuprofen-Summary of product characteristics"



# Sử dụng Thuốc ho an toàn

Nếu bệnh nhân bị ho, ƯU TIÊN DÙNG CÁC BIỆN PHÁP KHÔNG DÙNG THUỐC SAU ĐÂY:



Uống nhiều  
nước  
Tối thiểu 2  
lít/ngày



Uống nước  
nhiều lần,  
không đợi  
khát mới  
uống



Súc họng  
thường xuyên  
bằng nước  
muối sinh lý  
hay nước sạch



Phương pháp  
dẫn gián: mật  
ong, tắc  
đường phèn,  
nước gừng...



Quét mã QR  
để tham khảo  
phương pháp  
giảm ho theo  
Y học cổ  
truyền

## Lưu ý

- Có thể sử dụng các thuốc ho có nguồn gốc từ dược liệu.
- **CHỈ DÙNG THUỐC TÂY** khi ho nhiều gây khó chịu và đau rất họng.
- Tùy theo triệu chứng là ho khan hay ho có đàm mà sử dụng loại thuốc phù hợp. Xem trang 10-11
- Không kết hợp thuốc giảm ho khan và thuốc giảm ho có đàm

## THUỐC HO TỪ Dược liệu



**Tác dụng:** làm dịu niêm mạc họng, giảm ho, long đàm.

### CÁCH DÙNG

- Lắc đều trước khi sử dụng.
- Có thể uống trước hoặc sau khi ăn.
- Bệnh nhân có tiền sử viêm loét dạ dày - tá tràng nên uống sau khi ăn.
- **LIỀU DÙNG:** theo như Hướng dẫn sử dụng trên hộp thuốc.
- Sử dụng dụng cụ chia liều kèm theo hộp thuốc.



## HO KHAN

Có thể sử dụng: dextromethorphan **hoặc** eucalyptol

|                           | Dextromethorphan                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Eucalyptol                                                                                                                                                                                      |
|---------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Dạng bào chế và hàm lượng | <ul style="list-style-type: none"> <li>Viên nén 10/15/30 mg</li> <li>Gói 5 mg cho trẻ em</li> <li>Siro 5 mg/5 mL</li> </ul>                                                                                                                                                                                                              | <ul style="list-style-type: none"> <li>Viên nang mềm 100 mg</li> </ul>                                                                                                                          |
| Ai dùng được thuốc này?   | <p>Người lớn</p> <p>Trẻ ≥ 2 tuổi</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | <p>Người lớn</p> <p>Trẻ ≥ 12 tuổi</p>                                                                                                                                                           |
| Liều dùng và cách dùng    | <p>Uống với một cốc nước, với liều ghi trên tờ Hướng dẫn sử dụng. Thông thường:</p> <p><b>Người lớn và trẻ &gt; 12 tuổi:</b><br/>30 mg/lần, 3-4 lần/ngày, tối đa 120 mg/ngày</p> <p><b>Trẻ 6-12 tuổi:</b><br/>15 mg/lần, 3-4 lần/ngày, tối đa 60 mg/ngày</p> <p><b>Trẻ 2-6 tuổi:</b><br/>7,5 mg/lần, 3-4 lần/ngày, tối đa 30 mg/ngày</p> | <p>Uống với một cốc nước, với liều ghi trên tờ Hướng dẫn sử dụng. Thông thường:</p> <p><b>Người lớn:</b><br/>2 viên/lần, 3 lần/ngày</p> <p><b>Trẻ ≥ 12 tuổi:</b><br/>1 viên/lần, 3 lần/ngày</p> |
| Chống chỉ định            | <p>Trẻ &lt; 2 tuổi</p> <p>Quá mẫn với thành phần của thuốc, người đang sử dụng thuốc chống trầm cảm</p>                                                                                                                                                                                                                                  | <p>Trẻ &lt; 12 tuổi</p>                                                                                                                                                                         |

### ⚠ Lưu ý

- Chỉ sử dụng khi có chỉ định của Bác sĩ
- KHÔNG** dùng các thuốc ho có chứa **CODEIN** vì có nguy cơ gây **SUY HÔ HẤP**.





## HO CÓ ĐÀM

Khi ho có nhiều đờm nhầy, đặc quánh, có thể dùng **một trong** các thuốc tiêu đờm như: **N-acetylcystein**, **bromhexin**, **ambroxol** (**chỉ dùng cho trẻ ≥ 2 tuổi**)

**Tác dụng:** làm loãng dịch nhầy đường hô hấp, giúp dễ khạc đờm

### Cách dùng:

- Chọn dạng dùng phù hợp
- Thuốc dạng lỏng cần được lắc đều trước khi lấy liều
- Uống thuốc sau khi ăn
- Liều dùng: theo tờ Hướng dẫn sử dụng theo từng thuốc

### ⚠ Lưu ý

- Không dùng cho phụ nữ có thai hoặc cho con bú và trẻ < 2 tuổi.
- Thuốc tiêu đờm có thể khiến bệnh nhân ho nhiều hơn trong giai đoạn đầu, nhưng cảm giác nặng ngực khi ho sẽ giảm.
- Không kết hợp thuốc giảm ho khan và giảm ho có đờm.

| Thuốc                                               | LIỀU DÙNG (của dạng viên)                                                                                                                                                                    |
|-----------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>N-Acetylcystein</b><br>(viên 200 mg, gói 200 mg) | Người lớn: <ul style="list-style-type: none"><li>• 200 mg/lần, 3 lần/ngày.</li></ul> Trẻ ≥ 2 tuổi: <ul style="list-style-type: none"><li>• 200 mg/lần, 2 lần/ngày.</li></ul>                 |
| <b>Bromhexin</b><br>(viên 8 mg, siro)               | Người lớn và trẻ > 10 tuổi: <ul style="list-style-type: none"><li>• 8 mg/lần, 3 lần/ngày.</li></ul> Trẻ 5-10 tuổi: <ul style="list-style-type: none"><li>• 4 mg/lần, 2-4 lần/ngày.</li></ul> |
| <b>Ambroxol</b><br>(viên 30 mg)                     | Người lớn và trẻ > 10 tuổi: <ul style="list-style-type: none"><li>• 30 mg/lần, 3 lần/ngày.</li></ul> Trẻ 5-10 tuổi: <ul style="list-style-type: none"><li>• 15 mg/lần, 3 lần/ngày.</li></ul> |



## BROMHEXIN

| DẠNG BẢO CHẾ                         | LIỀU DÙNG                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|--------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Siro thuốc*                          | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Người lớn và trẻ &gt;12 tuổi: 10 mL (8 mg)/lần, 3 lần/ngày</li> <li>• Trẻ 6-12 tuổi: 5 mL (4 mg)/lần, 3 lần/ngày</li> <li>• Trẻ 2-6 tuổi: 2,5 mL (2 mg)/lần, 3 lần/ngày</li> <li>• Trẻ em &lt;2 tuổi: 1,25 mL (1 mg)/lần, 3 lần/ngày</li> </ul>     |
| Dung dịch uống,<br>ống hoặc gói 5 mL | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Người lớn và trẻ &gt;12 tuổi: 2 ống hoặc gói/lần, 3 lần/ngày</li> <li>• Trẻ 6-12 tuổi: 1 ống hoặc gói/lần, 3 lần/ngày</li> <li>• Trẻ 2-6 tuổi: 1 ống hoặc gói/lần, 2 lần/ngày</li> <li>• Trẻ em &lt;2 tuổi: ống hoặc gói/lần, 2 lần/ngày</li> </ul> |
| Ống dung dịch<br>10 mL               | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Người lớn và trẻ &gt;12 tuổi: 1 ống/lần, 3 lần/ngày</li> </ul>                                                                                                                                                                                      |



## AMBROXOL

| DẠNG BẢO CHẾ | LIỀU DÙNG                                                                                                                               |
|--------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Siro thuốc*  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Trẻ 7-12 tuổi: 5 mL/lần, 3 lần/ngày</li> <li>• Trẻ 2-6 tuổi: 2,5 mL/lần, 3 lần/ngày</li> </ul> |

\*Thuốc dạng chai siro/ dung dịch uống, sử dụng dụng cụ phân liều đi kèm trong hộp thuốc.



# Sử dụng Thuốc ho an toàn

## ⚠ Thận trọng

Tham khảo ý kiến của **bác sĩ** hoặc **dược sĩ**

➤➤➤ Nếu bạn thuộc **một trong số** trường hợp dưới đây



Phụ nữ mang thai  
và cho con bú



Người cao tuổi,  
suy gan, suy thận



Người có tiền căn  
các bệnh hô hấp mạn tính  
(hen suyễn, COPD,...)



Trẻ em dưới 2 tuổi



Người không có  
khả năng khạc đàm  
(khi dùng thuốc tiêu đàm)



Người đang dùng  
các thuốc điều trị  
bệnh mạn tính khác

## ✓ Theo dõi sử dụng thuốc

Triệu chứng ho: **Mức độ** và **tần suất** cơn ho



+ **THÔNG BÁO  
NHÂN VIÊN Y TẾ**

nếu

Ho **nặng hơn**, ho **kéo dài**,  
ho **ra máu**,...





# Sử dụng an toàn Thuốc trị tiêu chảy

Hiện chưa có khuyến cáo thuốc trị tiêu chảy trên bệnh nhân COVID-19

## Tiêu chảy là triệu chứng

- Xảy ra ở khoảng 10% bệnh nhân COVID-19.
- Có thể do virus hoặc do sử dụng thuốc kháng virus và kháng sinh gây rối loạn hệ vi đường ruột.



### Dấu hiệu tiêu chảy

Đi phân lỏng/phân nước >3 lần/ngày

### Xử trí

-  Cung cấp đủ nước
-  Đảm bảo cân bằng dịch, điện giải

## DẤU HIỆU CẦN LIÊN HỆ NHÂN VIÊN Y TẾ

- Khô môi.
- Mệt, bủn rủn, nặng ngực, loạn nhịp tim.
- Tiểu ít hơn, nước tiểu vàng đậm.

- Khát nước hoặc không uống được.
- Da khô lạnh.
- Chuột rút.

## Dung dịch bù nước và điện giải

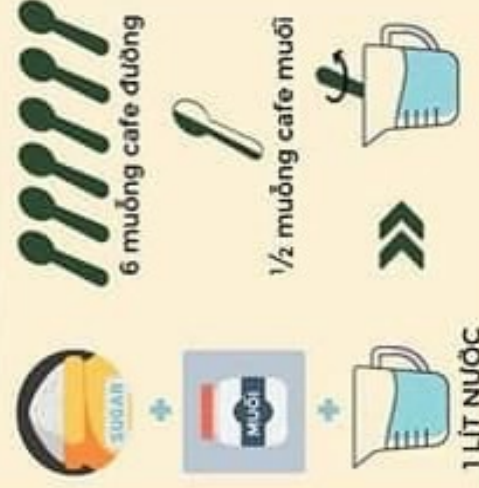
### ORESOL



- Hoà tan 1 gói oresol với đúng lượng nước ghi trên hướng dẫn ngay trước khi sử dụng.
- Lưu ý: Không thêm đường hoặc muối vào dung dịch sau khi pha.

### HOẶC

### Dung dịch tự pha



## Lưu ý

-  Dung dịch sau pha bảo quản được 24 giờ trong tủ lạnh.
-  Không pha với nước khoáng, sữa, súp, nước trái cây.
-  Không đun sôi dung dịch sau khi pha.
-  Lắc đều trước khi dùng.

## Liều dùng

- Sử dụng sau mỗi lần đi phân lỏng.



Nguồn:

1. Bộ Y tế (2021), "Hướng dẫn Chẩn đoán và điều trị COVID-19 do chủng vi rút Corona mới (SARS-CoV-2)" (Quyết định 3416/BYT-QĐ)
2. World Health Organization (2017), "Diarrhoeal Disease"



# Thuốc sát khuẩn mũi họng

Biện pháp HỖ TRỢ trong điều trị COVID-19  
Hiện chưa có chế phẩm nào được khuyến cáo ưu tiên sử dụng



## Tác dụng

- Làm giảm các triệu chứng ở mũi, họng
- Có thể làm giảm lượng virus trong dịch khoang mũi, vòm họng



## Dung dịch sát khuẩn mũi họng

Nước muối sinh lý 0,9%



hoặc



Cách pha nước muối tại nhà

Dung dịch súc họng



Povidon-iod 0,5-1,25%

- Trẻ <12 tuổi Phụ nữ mang thai Dùng Iod
- Có bệnh tuyến giáp Đang điều trị Iod phòng xạ
- Kiểm tra chức năng tuyến giáp khi sử dụng > 3 tháng
- Dung dịch có thể gây đổi màu răng khi sử dụng lâu ngày



## Cách dùng:

- 2-3 lần/ngày, tối đa 4 lần/ngày
- Súc họng và xịt/nhỏ mũi cho đến khi khỏi bệnh
- Súc họng bằng MỘT trong các dung dịch trên
- Nhỏ mũi hay xịt mũi bằng NƯỚC MUỐI SINH LÝ

## CÁCH SÚC HỌNG



## CÁCH XỊT MŨI (chỉ dùng NƯỚC MUỐI SINH LÝ)



# Sử dụng Vitamin an toàn

## Vitamin và khoáng chất

- Hỗ trợ tăng cường hoạt động của hệ miễn dịch. Chưa đủ dữ kiện về hiệu quả trong điều trị COVID-19.
- Biện pháp tốt nhất để cung cấp vitamin và khoáng chất là duy trì bữa ăn cân bằng và đa dạng.

## Khi nào cần bổ sung bằng thuốc?

ĐỐI TƯỢNG CÓ NGUY CƠ THIẾU VITAMIN VÀ KHOÁNG CHẤT



Người cao tuổi  
dinh dưỡng kém



Người mắc bệnh  
đường ruột



Người nghiện rượu



Người có chế độ ăn  
không đầy đủ

## Multivitamin và khoáng chất



### Cách dùng:

Uống vào buổi sáng hoặc trưa, sau khi ăn.  
Uống với nhiều nước.

### Liều dùng

- Multivitamin: 1-2 viên/ngày theo đúng Hướng dẫn sử dụng thuốc.
- Nếu dùng chế phẩm chỉ chứa vitamin C: **KHÔNG** dùng quá 1.000 mg/ngày.

Tham khảo ý kiến Bác sĩ/Dược sĩ nếu người bệnh có

- Sỏi thận, tăng oxalat niệu.
- Bệnh tim mạch, tăng huyết áp, suy thận.

## LƯU Ý

- ❌ **KHÔNG NÊN SỬ DỤNG ĐỒNG THỜI** viên multivitamin và viên vitamin C để tránh quá liều vitamin C.
- ❌ Không nên uống vào buổi tối.
- ❌ **Trẻ <12 tuổi** cần sử dụng chế phẩm dành cho trẻ em.

## Vitamin C, D và kẽm

- Một vài nghiên cứu đã được thực hiện để đánh giá hiệu quả của vitamin C, D và kẽm trong điều trị COVID-19.
- Tuy nhiên chưa đủ dữ liệu để khuyến cáo bổ sung các vitamin này trong điều trị COVID-19.

Nguồn:

1. Bộ Y tế (2021), "Hướng dẫn Chẩn đoán và điều trị COVID-19 do chủng vi rút Corona mới (SARS-CoV-2)" (Quyết định 3416/BYT-QĐ)

2. National Institutes of Health, COVID-19 Treatment Guidelines Panel (2021), "Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) Treatment Guidelines"





**Xử trí**

# Khi có dấu hiệu trở nặng

## Khi có một trong các biểu hiện



Khó thở, hụt hơi



Người lớn: >20 lần/phút  
Trẻ 5-12 tuổi: ≥30 lần/phút  
Trẻ 1-5 tuổi: ≥40 lần/phút

Thở nhanh



SpO<sub>2</sub> ≤ 95%



Li bì, tím tái  
(môi, đầu chi)



Liên hệ ngay:

1. Tổ phản ứng nhanh phường, xã
2. Trạm Y Tế lưu động
3. 115

## **KHÔNG** thuộc các đối tượng sau

Chưa liên hệ được  
nhân viên y tế



< 18 tuổi



Phụ nữ mang thai

Phụ nữ cho con bú



Suy gan



Suy thận



Tiến căn xuất huyết  
(tiêu hóa, tiết niệu),  
bệnh dễ chảy máu



Tiến căn  
dị ứng thuốc



Tạm thời sử dụng

thuốc kháng viêm corticoid

VÀ thuốc kháng đông

(hướng dẫn chi tiết xem Trang 18-20)



Tiếp tục

liên hệ hỗ trợ



**KHÔNG** sử dụng thuốc kháng viêm corticoid và thuốc kháng đông  
khi KHÔNG có các biểu hiện trên.



## Sử dụng

# Thuốc kháng viêm corticoid

an toàn



### Tác dụng

Ngăn phản ứng viêm quá mức ở người bị COVID-19 có dấu hiệu chuyển nặng

### **KHÔNG nên tự ý sử dụng trong trường hợp**



Đang sử dụng thuốc ức chế/suy giảm miễn dịch



Bệnh tim mạch



Đái tháo đường



Tăng nhãn áp

### Liều dùng

|                                 |      |                                                                |      |                                 |
|---------------------------------|------|----------------------------------------------------------------|------|---------------------------------|
| Dexamethason<br>0,5 mg          | hoặc | Methylprednisolon<br>16 mg                                     | hoặc | Prednisolon<br>5 mg             |
| 12 viên/lần/ngày<br>(6 mg/ngày) |      | 1 viên/lần, 2 lần/ngày<br>hoặc 2 viên/lần/ngày<br>(32 mg/ngày) |      | 8 viên/lần/ngày<br>(40 mg/ngày) |



hoặc

### Cách dùng



Dùng tối đa 3 ngày  
(nếu vẫn chưa liên hệ  
được với y tế)



Uống sau ăn,  
tốt nhất vào  
buổi sáng



**!** Xem thêm lưu ý chung khi sử dụng Corticoid và thuốc kháng đông ở trang 20

Uống nguyên viên KHÔNG sử dụng chung với thuốc kháng viêm - giảm đau khác (aspirin, ibuprofen, celecoxib,...)



### NGỪNG DÙNG THUỐC VÀ THÔNG BÁO NHÂN VIÊN Y TẾ

Nếu có 1 trong các dấu hiệu sau



Đau nhức mắt,  
nhìn mờ



Đau bụng dữ dội



Nôn ói



Phát ban



Khó thở tăng



Ngứa/ sưng/ tê ở  
mặt/ môi/ lưỡi



Phân có lẫn máu,  
phân đen

Nguồn:

1. National Institutes of Health. COVID-19 Treatment Guidelines Panel (2021). "Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) Treatment Guidelines"
2. Sở Y tế TPHCM (2021). "Hướng dẫn gói chăm sóc sức khỏe tại nhà cho người F0" phiên bản 1.5 (Công văn 6065/SYT-NVY)
3. World Health Organization (2021). "COVID-19 Clinical management: living guidance"



# Sử dụng Thuốc kháng đông an toàn

## TÁC DỤNG



Phòng ngừa tắc nghẽn mạch máu do cục máu đông ở bệnh nhân COVID-19 có dấu hiệu chuyển nặng

## LIỀU DÙNG



**Rivaroxaban**  
10 mg/lần/ngày



HOẶC



**Apixaban**  
2,5 mg/lần, 2 lần/ngày

Xem kỹ "Lưu ý chung khi sử dụng corticoid và thuốc kháng đông" **trang 20**

## CÁCH DÙNG



Dùng thuốc tối đa: 3 ngày  
(nếu vẫn chưa liên hệ được với y tế)



Uống nguyên viên  
với cốc nước đầy



Uống sau ăn, cùng thời điểm mỗi ngày  
**KHÔNG** dùng chung với các thuốc kháng viêm giảm đau (aspirin, ibuprofen, celecoxib,...)



## NGỪNG DÙNG THUỐC VÀ THÔNG BÁO CHO NHÂN VIÊN Y TẾ

### Nếu có 1 trong các dấu hiệu sau



Ho ra máu



Khó thở tăng



Phát ban  
Ngứa/sưng/tê ở  
mặt/môi/lưỡi



Đau đầu dữ dội



Đau bụng dữ dội  
Nôn ói



Vết bầm/mảng  
bầm tím dưới da



Nước tiểu hồng



Chảy máu chân răng  
Chảy máu cam



Phân lẫn máu/  
phân đen

Nguồn:

1. Số Y 16 Thành phố Hồ Chí Minh (2021), "Hướng dẫn gói chăm sóc sức khỏe tại nhà cho người PD" phiên bản 1.5 (CV 6065/SYT-NVV).  
2. ASHP (2021). AAPS Drug Informations (chuyên luận Rivaroxaban và Apixaban)

# LƯU Ý CHUNG

**khi sử dụng**



*Corticoid và thuốc kháng đông*



**Nếu bệnh nhân có tiền căn loét dạ dày**

Nên uống kèm thuốc sau:



Esomeprazol 40 mg

hoặc



Pantoprazol 40 mg

hoặc



Lansoprazol 30 mg

hoặc



Dexlansoprazol 30 mg

Uống nguyên viên, 1 lần/ngày, trước ăn sáng 30 phút.



**Nếu bệnh nhân đang điều trị loét dạ dày - tá tràng**



Tiếp tục sử dụng thuốc điều trị loét dạ dày - tá tràng hiện đang sử dụng.

**KHÔNG** uống thêm thuốc khác hay tự ý tăng liều khi chưa có ý kiến của Bác sĩ/Dược sĩ.



Danh mục

# Nhà thuốc

và

# Ứng dụng



mua thuốc online

1. Group Zalo Nhà thuốc tư nhân tại 21 Quận/ Huyện và Tp.Thủ Đức thuộc Tp.HCM:

Bạn có thể quét mã QR code hoặc truy cập vào đường link bên dưới để được hướng dẫn tham gia nhóm Zalo tại địa phương, nơi mình lưu trú.



<https://bit.ly/2WSig66>

2. Nhà thuốc Pharmacy:

Website: <https://www.pharmacy.vn>

Tổng đài liên hệ: 1800 6821

3. Nhà thuốc Long Châu:

Website: <https://www.nhathuoclongchau.com>

Tổng đài liên hệ: 1800 6928

4. Ứng dụng Medigo:

Bạn có thể tải ứng dụng bằng cách quét mã QR code dưới đây. Để biết thêm những tính năng, cách sử dụng truy cập website: <https://www.medigoapp.com>



Download on the

App Store



GET IT ON

Google Play

**Bảng theo dõi**

Sức khỏe hằng ngày

Tên: .....  
 Tuổi: .....  
 Cân nặng: .....

Tên: .....  
 Tuổi: .....  
 Cân nặng: .....

| Ngày theo dõi →      | Ngày ..... |       | Ngày ..... |       |
|----------------------|------------|-------|------------|-------|
|                      | Sáng       | Chiều | Sáng       | Chiều |
| Nội dung ↓           |            |       |            |       |
| Nhiệt độ (°C)        |            |       |            |       |
| SpO <sub>2</sub> (%) |            |       |            |       |
| Nhịp thở (lần/phút)  |            |       |            |       |
| Huyết áp (mmHg)      |            |       |            |       |
| Mạch (lần/phút)      |            |       |            |       |
| Không triệu chứng    |            |       |            |       |
| Ho                   |            |       |            |       |
| Mệt mỏi              |            |       |            |       |
| Đau cơ               |            |       |            |       |
| Đau đầu              |            |       |            |       |
| Đau họng             |            |       |            |       |
| Tiêu chảy            |            |       |            |       |
| Buồn nôn             |            |       |            |       |
| Nôn                  |            |       |            |       |
| Mất vị giác          |            |       |            |       |
| Mất khứu giác        |            |       |            |       |
| Khác                 |            |       |            |       |

[illegible]

Nếu gặp khó khăn trong vấn đề nhập liệu trực tiếp hình ảnh, bạn có thể kẻ ra giấy hoặc quét mã QR code, vào đường link bên cạnh, chúng tôi đã tạo sẵn 1 file excel dành cho bạn có thể tải về máy để theo dõi sức khỏe.

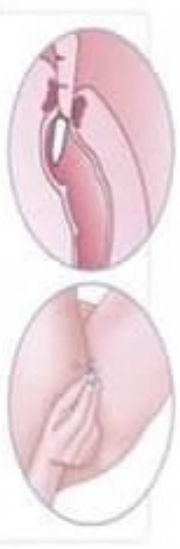
http://bit.ly/2hWt2ay



# Hướng dẫn cách dùng Một số loại Thuốc

| Dạng thuốc                                                                                                                       | Cách dùng                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Lưu ý                                                                                                                                                                                                                                                  |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <br><b>Viên sủi</b><br><b>Bột sủi hoà tan</b> | <ol style="list-style-type: none"> <li>Hoà tan vào 100-200 mL nước đun sôi để nguội.</li> <li>Uống hết sau khi thuốc tan hoàn toàn.</li> </ol>                                                                                                                                                                                                         | <ul style="list-style-type: none"> <li>Không uống trực tiếp.</li> <li>Đậy kín nắp hộp thuốc (nếu có) sau khi dùng.</li> <li>Không dùng thuốc khi lớp bao bên ngoài (nếu có) bị bong tróc, viên không láng, sần sùi, cho vào nước không sủi.</li> </ul> |
| <br><b>Siro</b>                             | <ol style="list-style-type: none"> <li>Rửa tay, vệ sinh cốc đong kèm theo chai thuốc.</li> <li>Lắc đều.</li> <li>Dùng cốc đong lấy thuốc theo đúng liều trong hướng dẫn sử dụng.</li> <li>Có thể pha loãng với một ít nước đun sôi để nguội trước khi uống.</li> <li>Vệ sinh cốc đong, vặn chặt nắp chai. Bảo quản nơi mát, tránh ánh sáng.</li> </ol> | <ul style="list-style-type: none"> <li>Không uống chung với sữa.</li> <li>Đối với trẻ em: cần súc miệng nếu dùng vào buổi tối.</li> <li>Không sử dụng khi siro có mùi lạ hoặc có các thành phần lộn cộn.</li> </ul>                                    |
| <br><b>Dung dịch uống</b>                   | <ol style="list-style-type: none"> <li>Bóp nhẹ nhàng bao để trộn đều thuốc.</li> <li>Giữ chắc và xé gói mở ra.</li> <li>Uống thuốc, ép đến khi hết thuốc bên trong.</li> </ol>                                                                                                                                                                         | <ul style="list-style-type: none"> <li>Bảo quản nơi khô ráo, thoáng mát.</li> <li>Không sử dụng khi gói bị rách.</li> </ul>                                                                                                                            |

# Hướng dẫn cách dùng Một số loại Thuốc

| Dạng thuốc                                                                                                    | Cách dùng                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Lưu ý                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <br>Thuốc đặt trực tràng | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Rửa tay.</li> <li>2. Lấy thuốc ra từ tủ lạnh, tháo vỏ thuốc.</li> <li>3. Đặt người bệnh nằm nghiêng, một chân duỗi thẳng, chân còn lại co hõng bụng.</li> </ol>  <ol style="list-style-type: none"> <li>4. Đặt đầu nhọn của viên thuốc hõng trực tràng.</li> <li>5. Đẩy thuốc vào sâu khoảng một nửa đốt ngón tay (đối với trẻ em) và một đốt ngón tay (đối với người lớn).</li> </ol>  <ol style="list-style-type: none"> <li>6. Nằm yên khoảng 5 phút để tránh rơi viên thuốc ra ngoài.</li> </ol> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Thuốc có thể gây kích ứng hậu môn và trực tràng.</li> <li>• Không dùng thuốc khi đang tiêu chảy hoặc có tổn thương viêm nhiễm vùng hậu môn.</li> <li>• Bảo quản: ngăn mát tủ lạnh.</li> <li>• Thuốc đặt trực tràng để hạ sốt cũng có thành phần <b>paracetamol</b>. Cần chú ý đảm bảo khoảng cách giữa các lần dùng thuốc (uống/đặt trực tràng) và tổng liều dùng trong ngày.</li> </ul> |
| <br>Viên xông tinh dầu   | <p><b>Xông sát khuẩn mũi họng:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Cho 01 viên thuốc vào ly chứa 150-200 mL nước vừa sôi.</li> <li>2. Đậy ly bằng phễu giấy, hít vào mũi/họng.</li> </ol>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Người đang sốt hoặc có tiền căn hen suyễn, bệnh phổi tắc nghẽn mạn tính (COPD) <b>KHÔNG</b> nên xông tinh dầu.</li> <li>• Không sử dụng nếu viên bị xẹp, chảy nước.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                           |



# Ban Biên Soạn

## Ban chỉ đạo:

GS. TS. DS. Trần Thành Đạo - Trường Khoa Dược, ĐHY Dược Tp.HCM  
PCS. TS. DS. Trần Mạnh Hùng - Trường BM Dược Lý-Khoa Dược  
PCS. TS. DS. Nguyễn Ngọc Khôi - Trường BM Dược Lâm Sàng-Khoa Dược

## Ban biên soạn:

|                                      |                        |         |
|--------------------------------------|------------------------|---------|
| TS. DS. Võ Thị Cẩm Vân - Trường nhóm | Dư Thanh Tuyền         | DCQ2018 |
| TS. DS. Nguyễn Quốc Hoà              | Nguyễn Minh Khang      | DCQ2019 |
| TS. DS. Nguyễn Quốc Thái             | Trần Xuân Thuỷ Linh    | DCQ2019 |
| ThS. DS. Nguyễn Minh Hà              | Huỳnh Ngọc Lân         | DCQ2019 |
| ThS. DS. Nguyễn Thị Mai Hoàng        | Phạm Hồng Nhung        | DCQ2019 |
| ThS. DS. Nguyễn Thái Thiên Kim       | Vũ Hà Phương           | DCQ2019 |
| ThS. DS. Huỳnh Nguyễn Hoài Phương    | Phan Nguyễn Cát Tường  | DCQ2019 |
| ThS. DS. Mai Thành Tấn               | Phùng Vũ Thuỷ Tiên     | DCQ2019 |
| Nguyễn Thị Kim Anh                   | Lê Đình Minh Triết     | DCQ2019 |
| Hứa Thị Hồng Ân                      | Nguyễn Thị Hưng An     | DCQ2020 |
| Trần Gia Hân                         | Thái Gia Hân           | DCQ2020 |
| Nguyễn Thị Huyền                     | Vũ Minh Hoàng          | DCQ2020 |
| Dư Thanh An                          | Nguyễn Võ Song Kỳ      | DCQ2020 |
| Phạm Hạ An                           | Nguyễn Cao Huyền Thanh | DCQ2020 |
| Đoàn Thị Lan Anh                     | Trần Thanh Thanh       | DCQ2020 |
| Nguyễn Quỳnh Như                     | Nguyễn Đình Hoàng Tuấn | DCQ2020 |
| Huỳnh Ngô Phúc                       | Nguyễn Văn Uyên Vi     | DCQ2020 |
| Nguyễn Ngọc Phương                   | Nguyễn Phú Vinh        | DCQ2020 |
| Đôn Nguyễn Quang Thịnh               |                        | DCQ2018 |



Ban biên soạn xin gửi lời cảm ơn chân thành đến:

- Thầy Cô Bộ môn Dược Lâm Sàng, TS. BS. Lê Khắc Bảo, ThS. BS. Dương Duy Khoa, ThS. DS. Trương Văn Đạt đã góp ý về mặt chuyên môn và hình thức cho Sổ Tay.
- Hội Dược Học Tp.HCM, Chi Hội Dược Nhà Thuốc Tp.HCM đã cung cấp các đường link các nhóm Zalo Nhà thuốc ở 21 Quận/Huyện và Tp.Thủ Đức trên địa bàn Tp.HCM.
- Cộng đồng PharmaZone và Câu lạc bộ Học Thuật Khoa Dược đã hỗ trợ nhân lực thiết kế.