

UBND QUẬN TÂN BÌNH
TRUNG TÂM Y TẾ

Số: 364/TTYT-YTCC-ATTP

V/v tăng cường khuyến cáo
cộng đồng các biện pháp bảo vệ
sức khỏe trước ảnh hưởng
của ô nhiễm không khí

CỘNG HÒA XÃ HỘI CHỦ NGHĨA VIỆT NAM
Độc lập – Tự do – Hạnh phúc

Tân Bình, ngày 02 tháng 3 năm 2024

PHÒNG GIÁO DỤC VÀ ĐÀO TẠO Q. TÂN BÌNH	
ĐẾN	Số: 457
	Ngày: 11-03-2024
Chuyển:	
Số và ký hiệu HS:	

Kính gửi:

- Phòng Văn hóa và Thông tin;
- Phòng Tài nguyên và Môi trường;
- Phòng Giáo dục và Đào tạo; ✓
- Bệnh viện quận Tân Bình;
- Ủy ban nhân dân 15 phường.

Căn cứ Công văn số 12/MT-SKHC ngày 15 tháng 01 năm 2024 của Cục Quản lý môi trường Y tế về tăng cường khuyến cáo cộng đồng các biện pháp bảo vệ sức khỏe trước ảnh hưởng của ô nhiễm không khí;

Căn cứ Công văn số 658/SYT-NVY ngày 23 tháng 01 năm 2024 của Sở Y tế Thành phố Hồ Chí Minh về tăng cường khuyến cáo cộng đồng các biện pháp bảo vệ sức khỏe trước ảnh hưởng của ô nhiễm không khí;

Căn cứ phiếu chuyển số 568/W ngày 25 tháng 01 năm 2024 của Văn phòng Ủy ban nhân dân quận Tân Bình về việc Giao Trung tâm Y tế chủ trì, phối hợp các đơn vị liên quan triển khai thực hiện việc “Tăng cường khuyến cáo cộng đồng các biện pháp bảo vệ sức khỏe trước ảnh hưởng của ô nhiễm không khí”.

Trung tâm Y tế quận Tân Bình đề nghị các đơn vị tổ chức triển khai thực hiện một số nội dung như sau:

1. Các khoa, phòng và Trạm Y tế 15 phường

1.1. Phòng Dân số - Truyền thông và Giáo dục sức khỏe

- Thực hiện truyền thông khuyến cáo phòng, chống ảnh hưởng của ô nhiễm không khí tới sức khỏe cộng đồng trên các kênh truyền thông của đơn vị và triển khai hoạt động truyền thông đến các Trạm Y tế. Nội dung truyền thông về các biện pháp phòng, chống ảnh hưởng của ô nhiễm không khí tới sức khỏe cộng đồng theo hướng dẫn của Trung tâm Kiểm soát Bệnh tật Thành phố và Cục quản lý môi trường Y tế (phụ lục đính kèm).

- Phối hợp các khoa, phòng và 15 Trạm Y tế phường tăng cường công tác truyền thông, hướng dẫn người dân các biện pháp phòng, chống ảnh hưởng của ô nhiễm không khí tới sức khỏe cộng đồng theo hướng dẫn của Cục quản lý môi trường Y tế, nhằm giúp người dân có kiến thức cơ bản trong việc thực hiện các biện pháp dự phòng, bảo vệ sức khỏe.

1.2. Khoa Y tế công cộng - An toàn thực phẩm

- Tham mưu Ban Giám đốc Trung tâm Y tế triển khai hoạt động tăng cường khuyến cáo phòng, chống ảnh hưởng của ô nhiễm không khí tới sức khỏe cộng đồng.

- Tham mưu Ban Giám đốc công tác phối hợp Phòng Quản lý đô thị, Phòng Tài nguyên và Môi trường tăng cường rà soát, kiểm tra, giám sát hoạt động của các cơ sở

sản xuất, kinh doanh, dịch vụ có nguy cơ gây ô nhiễm môi trường cao, đặc biệt là ô nhiễm liên quan đến không khí.

- Phối hợp phòng Dân số - Truyền thông và Giáo dục sức khỏe xây dựng tài liệu truyền thông về khuyến cáo phòng, chống ảnh hưởng của ô nhiễm không khí tới sức khỏe cộng đồng.

- Thực hiện tổng hợp số liệu, tham mưu báo cáo về kết quả thực hiện theo quy định.

1.3. Khoa Khám Bệnh

- Theo dõi, thống kê bệnh tật liên quan đến ô nhiễm không khí để kịp thời báo cáo về Ban Giám đốc Trung tâm Y tế quận và có các khuyến cáo phù hợp với từng mức độ chất lượng không khí tương ứng.

- Phối hợp các khoa, phòng tăng cường công tác truyền thông, hướng dẫn người dân các biện pháp phòng, chống ảnh hưởng của ô nhiễm không khí tới sức khỏe cộng đồng.

- Đảm bảo nguồn lực để sẵn sàng đáp ứng yêu cầu y tế cần thiết từng mức độ ô nhiễm không khí tương ứng.

1.4. Trạm Y tế 15 phường

- Phối hợp các Phòng Dân số - Truyền thông và Giáo dục sức khỏe tăng cường công tác truyền thông, hướng dẫn người dân các biện pháp phòng, chống ảnh hưởng của ô nhiễm không khí tới sức khỏe cộng đồng theo hướng dẫn của Cục quản lý môi trường Y tế, nhằm giúp người dân có kiến thức cơ bản trong việc thực hiện các biện pháp dự phòng, bảo vệ sức khỏe.

- Đăng tải thông tin khuyến cáo phòng, chống ảnh hưởng của ô nhiễm không khí tới sức khỏe cộng đồng trên trang thông tin điện tử của đơn vị.

- Tham mưu Ủy ban nhân dân phường triển khai các hoạt động khuyến cáo phòng, chống ảnh hưởng của ô nhiễm không khí tới sức khỏe cộng đồng.

2. Đề nghị phối hợp thực hiện

2.1. Phòng Văn hóa và Thông tin

- Phối hợp các đơn vị liên quan thực tăng cường công tác truyền thông, vận động, hướng dẫn người dân tăng cường các biện pháp khuyến cáo phòng, chống ảnh hưởng của ô nhiễm không khí tới sức khỏe cộng đồng; các biện pháp dự phòng, bảo vệ sức khỏe chung và phù hợp với từng mức độ chất lượng không khí tương ứng.

- Thường xuyên cập nhật và đăng tải thông tin về chất lượng không khí của thành phố từ trang thông tin điện tử của Bộ Tài nguyên và Môi trường (<https://cem.gov.vn>) và Sở Tài nguyên và Môi trường thành phố.

2.2. Phòng Tài nguyên và Môi trường

Phối hợp các đơn vị liên quan tổ chức tăng cường rà soát, kiểm tra, giám sát của các cơ sở hoạt động sản xuất, kinh doanh, dịch vụ có nguy cơ gây ô nhiễm môi trường cao, đặc biệt là ô nhiễm liên quan đến không khí. Tham mưu xử lý nghiêm các trường hợp không tuân thủ các quy định về bảo vệ môi trường.

2.3. Phòng Giáo dục và Đào tạo

- Triển khai hoạt động truyền thông các biện pháp bảo vệ sức khỏe và phòng, chống ảnh hưởng của ô nhiễm không khí cho học sinh tại các cơ sở giáo dục trên địa bàn quận.

Đăng tải thông tin truyền thông về tăng cường khuyến cáo phòng, chống ảnh hưởng của ô nhiễm không khí tới sức khỏe cộng đồng trên trang thông tin điện tử của đơn vị.

2.4. Bệnh viện quận Tân Bình

- Theo dõi, thống kê bệnh tật liên quan đến ô nhiễm không khí để kịp thời báo cáo về thường trực UBND quận và có các khuyến cáo phù hợp với từng mức độ chất lượng không khí tương ứng.

- Đăng tải thông tin truyền thông về tăng cường khuyến cáo phòng, chống ảnh hưởng của ô nhiễm không khí tới sức khỏe cộng đồng trên trang thông tin điện tử của đơn vị.

2.5. Ủy ban nhân dân 15 phường

- Phối hợp các đơn vị liên quan, triển khai hiệu quả hoạt động tăng cường khuyến cáo phòng, chống ảnh hưởng của ô nhiễm không khí tới sức khỏe cộng đồng. Nâng cao trách nhiệm của các ban ngành, đoàn thể địa phương trong công tác bảo vệ sức khỏe người dân trước ảnh hưởng của ô nhiễm không khí.

- Đăng tải thông tin truyền thông về tăng cường khuyến cáo phòng, chống ảnh hưởng của ô nhiễm không khí tới sức khỏe cộng đồng trên trang thông tin điện tử của đơn vị.

Trên đây là văn bản triển khai hoạt động truyền thông, hướng dẫn các biện pháp bảo vệ sức khỏe và phòng, chống ảnh hưởng của ô nhiễm không khí tới sức khỏe cộng đồng trên địa bàn quận Tân Bình. Đề nghị các khoa, phòng và 15 Trạm Y tế nghiêm túc triển khai thực hiện. Đề nghị các đơn vị liên quan phối hợp triển khai truyền thông, hướng dẫn các biện pháp dự phòng bảo vệ sức khỏe cho cộng đồng theo khuyến cáo./. *huy*

Nơi nhận:

- Như trên;
- TT UBND quận;
- BGD TTYT;
- 15 Trạm Y tế phường;
- Lưu: VT, YTCC-ATTP.



Trần Thị Thủy Cúc



Phụ lục

KHUYẾN CÁO PHÒNG CHỐNG ẢNH HƯỞNG CỦA Ô NHIỄM KHÔNG KHÍ TỚI SỨC KHỎE CỘNG ĐỒNG (Theo tài liệu của Cục Quản lý môi trường Y tế)

(Kèm theo Công văn số 284/ATTP- YTCC-ATTP ngày 05. tháng 02 năm 2024
của Trung tâm Y tế quận Tân Bình)

Chất lượng không khí và mức độ ảnh hưởng đến sức khỏe con người được đánh giá bằng chỉ số chất lượng không khí (viết tắt là AQI).

Chỉ số AQI được tính theo thang điểm (06 khoảng giá trị AQI) tương ứng với biểu tượng và các màu sắc để cảnh báo chất lượng không khí và mức độ ảnh hưởng tới sức khỏe con người, cụ thể như sau:

Khoảng giá trị AQI	Chất lượng không khí	Màu sắc	Ảnh hưởng tới sức khỏe con người
0 - 50	Tốt	Xanh	Chất lượng không khí tốt, không ảnh hưởng tới sức khỏe
51 - 100	Trung bình	Vàng	Chất lượng không khí ở mức chấp nhận được. Tuy nhiên đối với những người nhạy cảm (người cao tuổi, trẻ em, người mắc các bệnh hô hấp, tim mạch...) có thể chịu những tác động nhất định tới sức khỏe.
101 - 150	Kém	Da cam	Những người nhạy cảm gặp phải các vấn đề về sức khỏe, những người bình thường ít ảnh hưởng.
151 - 200	Xấu	Đỏ	Những người bình thường bắt đầu có các ảnh hưởng tới sức khỏe, nhóm người nhạy cảm có thể gặp những vấn đề sức khỏe nghiêm trọng hơn.
201 - 300	Rất xấu	Tím	Cảnh báo hướng tới sức khỏe: mọi người bị ảnh hưởng tới sức khỏe nghiêm trọng hơn.
301 - 500	Nguy hại	Nâu	Cảnh báo khẩn cấp về sức khỏe: Toàn bộ dân số bị ảnh hưởng tới sức khỏe tới mức nghiêm trọng.

Thông tin về chất lượng không khí của các tỉnh, thành phố thường xuyên được cập nhật trên trang thông tin điện tử của Bộ Tài nguyên và Môi trường (<https://cem.gov.vn>) và Sở Tài nguyên và Môi trường các tỉnh, thành phố.

1. Các biện pháp dự phòng, bảo vệ sức khỏe chung

a) Thường xuyên theo dõi tình hình chất lượng không khí trên trang thông tin điện tử của Bộ Tài nguyên và Môi trường, Sở Tài nguyên và Môi trường các tỉnh, thành phố để thực hiện các biện pháp dự phòng, bảo vệ sức khỏe phù hợp.

b) Khi ra khỏi nhà thường xuyên đeo khẩu trang đảm bảo chất lượng và đeo khẩu trang đúng quy cách.

c) Thường xuyên vệ sinh phòng ở và nhà cửa, dọn dẹp thông thoáng môi trường sống. Nên sử dụng khẩu trang, kính bảo vệ mắt khi làm vệ sinh, dọn dẹp nếu có nhiều bụi hoặc không khí bị ô nhiễm từ mức kém đến mức nguy hại.

d) Hạn chế sử dụng hoặc thay thế sử dụng bếp than tổ ong, củi, đốt rơm rạ bằng bếp điện, bếp từ hoặc bếp ga.

đ) Trồng cây xanh giúp ngăn bụi và làm sạch không khí.

e) Với người hút thuốc lá, thuốc lào: nên bỏ hẳn hoặc hạn chế hút; không nên hút thuốc trong nhà. Với người không hút thuốc nên tránh xa khói thuốc.

f) Thường xuyên tự theo dõi sức khỏe và thực hiện khám sức khỏe định kỳ.

g) Đối với những người nhạy cảm với các chất ô nhiễm trong không khí (*trẻ em, phụ nữ mang thai, người mắc bệnh hô hấp, tim mạch, người cao tuổi*):

- Nên tránh tiếp xúc với các nguồn phát thải chất ô nhiễm không khí từ phương tiện giao thông; các công trình xây dựng; khu vực đun nấu đốt nhiên liệu bằng than, củi, rơm rạ hoặc các khu vực có nguy cơ ô nhiễm không khí khác.

- Trong thời điểm không khí bị ô nhiễm nếu xuất hiện các triệu chứng hoặc bệnh cấp tính như sốt, viêm mũi họng, viêm phổi phế quản, huyết áp, tim mạch... cần đến ngay các cơ sở y tế để khám và được tư vấn, điều trị.

- Tăng cường dinh dưỡng nâng cao thể trạng và sức đề kháng.

- Nên chú ý giữ ấm cơ thể về mùa đông, tránh bị nhiễm lạnh đột ngột.

- Người mắc các bệnh hô hấp, tim mạch cần tuân thủ và duy trì điều trị theo đơn của bác sĩ chuyên khoa. Nếu có dấu hiệu khó chịu, tăng nặng nên đến ngay các cơ sở y tế chuyên khoa để khám và được tư vấn, điều trị.

- Người già, người mắc các bệnh hô hấp, tim mạch cần tuân thủ việc khám sức khỏe định kỳ.

2. Các biện pháp dự phòng, bảo vệ sức khỏe khi chỉ số chất lượng không khí ở mức trung bình (AQI ở mức 51 – 100)

a) Đối với người bình thường: tham gia các hoạt động ngoài trời không hạn chế.

b) Đối với những người nhạy cảm

- Giảm thời gian hoạt động ngoài trời và các hoạt động vận động cần gắng sức.

- Theo dõi sức khỏe, nếu xuất hiện các triệu chứng cấp tính như khó thở, ho, sốt cần đến ngay các cơ sở y tế để khám và được tư vấn, điều trị.

3. Các biện pháp dự phòng, bảo vệ sức khỏe khi chỉ số chất lượng không khí ở mức kém (AQI ở mức 101 – 150)

a) Đối với người bình thường

- Giảm thời gian tham gia các hoạt động ngoài trời, nhất là đối với những người có triệu chứng đau mắt, ho, đau họng.

- Hạn chế hoặc tránh hoạt động tại các khu vực có nguy cơ ô nhiễm không khí cao (*như đường phố, các điểm giao cắt giao thông, các công trình xây dựng, khu vực sản xuất công nghiệp, làng nghề và các khu vực ô nhiễm khác*).

- Đối với học sinh có thể tham gia các hoạt động ngoài trời tuy nhiên hạn chế các hoạt động tập thể dục hoặc vận động cần gắng sức trong thời gian dài.

b) Đối với những người nhạy cảm

- Hạn chế hoạt động ngoài trời và các hoạt động vận động cần gắng sức. Tăng thời gian nghỉ ngơi và hoạt động nhẹ nhàng. Giảm hoặc ngừng vận động ngay khi nhận thấy xuất hiện các triệu chứng như ho, tức ngực hoặc thở khó khè.

- Vệ sinh mũi, súc họng sáng tối bằng nước muối sinh lý, đặc biệt sau khi ra đường.

- Tra rửa mắt bằng nước muối sinh lý vào buổi tối trước khi đi ngủ.

- Theo dõi sức khỏe, nếu xuất hiện các triệu chứng cấp tính như khó thở, ho, sốt cần đến ngay các cơ sở y tế để khám và được tư vấn, điều trị.

4. Các biện pháp dự phòng, bảo vệ sức khỏe khi chỉ số chất lượng không khí ở mức xấu (AQI ở mức 151 - 200)

a) Đối với người bình thường

- Hạn chế hoạt động ngoài trời hoặc tham gia các hoạt động vận động cần gắng sức. Nếu phải làm việc, hoạt động ngoài trời nên bố trí, lựa chọn thời điểm ít bị ô nhiễm trong ngày, cần nghỉ ngơi nhiều hơn, thực hiện các hoạt động với cường độ vừa phải.

- Tránh hoạt động tại các khu vực có nguy cơ ô nhiễm không khí cao.

- Nếu phải tham gia giao thông nên tăng cường sử dụng các phương tiện giao thông công cộng, hạn chế sử dụng xe máy, xe đạp để giảm tiếp xúc với không khí bị ô nhiễm.

- Nên hạn chế mở cửa sổ, cửa ra vào thời điểm không khí bị ô nhiễm nặng, đặc biệt các gia đình gần đường giao thông, gần khu vực bị ô nhiễm không khí.

- Vệ sinh mũi, súc họng sáng tối bằng nước muối sinh lý, đặc biệt sau khi ra đường. Tra rửa mắt bằng nước muối sinh lý vào buổi tối trước khi đi ngủ.

b) Đối với những người nhạy cảm

- Tránh các hoạt động ngoài trời hoặc các hoạt động vận động cần gắng sức. Nên thực hiện các hoạt động như vận động, tập thể dục trong nhà. Hạn chế mở cửa sổ, cửa ra vào trong những thời điểm không khí bị ô nhiễm nặng.

- Vệ sinh mũi, súc họng sáng tối bằng nước muối sinh lý, đặc biệt sau khi ra đường. Tra rửa mắt bằng nước muối sinh lý vào buổi tối trước khi đi ngủ.

- Theo dõi sức khỏe, nếu xuất hiện các triệu chứng cấp tính như khó thở, ho, sốt cần đến ngay các cơ sở y tế để khám và được tư vấn, điều trị.

5. Các biện pháp dự phòng, bảo vệ sức khỏe khi chỉ số chất lượng không khí ở mức rất xấu (AQI ở mức 201 - 300)

a) Đối với người bình thường

- Tránh các hoạt động ngoài trời trong thời gian dài hoặc tham gia các hoạt động vận động cần gắng sức. Khuyến khích thực hiện các hoạt động trong nhà.

- Tránh hoạt động tại các khu vực có nguy cơ ô nhiễm không khí cao. Nếu phải hoạt động tại các khu vực có nguy cơ ô nhiễm cao nên sử dụng các loại khẩu trang có thể ngăn ngừa bụi mịn (*là bụi có đường kính khí động học $\leq 2,5 \mu\text{m}$*).

- Nếu phải tham gia giao thông nên tăng cường sử dụng các phương tiện giao thông công cộng, hạn chế sử dụng xe máy, xe đạp để giảm tiếp xúc với không khí bị ô nhiễm.

- Hạn chế mở cửa sổ, cửa ra vào trong những thời điểm không khí bị ô nhiễm nặng.

- Vệ sinh mũi, súc họng sáng tối bằng nước muối sinh lý, đặc biệt sau khi ra đường. Tra rửa mắt bằng nước muối sinh lý vào buổi tối trước khi đi ngủ.

b) Đối với những người nhạy cảm

- Tránh tất cả các hoạt động ngoài trời, chuyển sang các hoạt động trong nhà hoặc chuyển sang ngày khác khi chỉ số chất lượng không khí tốt hơn. Hạn chế mở cửa sổ, cửa ra vào trong những thời điểm không khí bị ô nhiễm nặng.

- Nếu bắt buộc phải ra khỏi nhà cần hạn chế tối đa thời gian thực hiện các hoạt động ngoài trời và sử dụng các loại khẩu trang có thể ngăn ngừa bụi mịn. Vệ sinh mũi, súc họng sáng tối bằng nước muối sinh lý, đặc biệt sau khi ra đường. Tra rửa mắt bằng nước muối sinh lý vào buổi tối trước khi đi ngủ.

- Theo dõi sức khỏe, nếu xuất hiện các triệu chứng cấp tính như khó thở, ho, sốt cần đến ngay các cơ sở y tế để khám và được tư vấn, điều trị.

6. Các biện pháp dự phòng, bảo vệ sức khỏe khi chỉ số chất lượng không khí ở mức nguy hại (AQI ở mức 301–500)

a) Đối với người bình thường

- Tránh các hoạt động ngoài trời, chuyển sang các hoạt động trong nhà hoặc chuyển sang ngày khác khi chỉ số chất lượng không khí tốt hơn.

- Đóng cửa sổ, cửa ra vào nhà để hạn chế, tránh tiếp xúc với các chất ô nhiễm.

b) Đối với những người nhạy cảm

- Tránh tất cả các hoạt động ngoài trời, chuyển sang các hoạt động trong nhà.

- Đóng cửa sổ, cửa ra vào nhà để hạn chế, tránh tiếp xúc với các chất ô nhiễm.

- Theo dõi sức khỏe, nếu xuất hiện các triệu chứng cấp tính như khó thở, ho, sốt cần đến ngay các cơ sở y tế để khám và được tư vấn, điều trị.

- Đối với lớp mẫu giáo, nhà trẻ, trường tiểu học có thể xem xét cho học sinh nghỉ học nếu chỉ số chất lượng không khí ở mức nguy hại trong thời gian 03 ngày liên tục. Nếu bắt buộc đi học cần tránh các hoạt động ngoài trời, chuyển sang các hoạt động trong nhà hoặc điều chỉnh thời gian học cho phù hợp./.

