



Tin đồn: COVID-19 có lây qua ‘đường không khí’?

Trên mạng xã hội có rất nhiều bài đăng bằng nhiều ngôn ngữ bày tỏ quan ngại rằng đây có thể là một vi-rút lây qua "đường không khí". Nhưng vi-rút SARS-CoV-2 lây qua đường không khí nghĩa là thế nào và chúng ta đã biết gì về COVID-19 và khả năng sống sót, lây lan trong không khí của nó?

Với việc có nhiều thông tin khoa học liên quan đến vi-rút này, chúng ta cần phải hiểu những thuật ngữ mà giới chức y tế công cộng sử dụng để có thể giải thích chúng và hàm nghĩa của chúng đối với khán giả một cách rõ ràng nhất.

Tổ chức Translators without Borders đang xác định những thuật ngữ chính mà mọi người dùng để nói về COVID-19 cũng như những thuật ngữ phổ biến để xây dựng nên một bảng chú giải đa ngôn ngữ để hiểu. Đây là một công cụ hữu hiệu khác để đảm bảo các bản dịch thuật ngữ của bạn thống nhất với những từ ngữ mà các nhà báo đang sử dụng.

Vi-rút gây ra COVID-19 có lây qua đường không khí?

Đây là một thách thức khó giải đáp. Do chủng vi-rút và bệnh mới này có nhiều nhân tố bí ẩn, các nhà khoa học vẫn đang tiến hành các thí nghiệm nhằm nắm thêm thông tin. Dựa trên các khuyến cáo hiện thời từ WHO, vi-rút này không được cho là lây qua đường không khí. Nhưng các chuyên gia về bệnh hô hấp và aerosol đã bày tỏ ngghi ngờ và nói rằng có thể mất vài năm để có đủ dữ liệu nhằm xác minh vi-rút này có thể lây qua đường không khí hay không.

Tổ chức Y tế Thế giới phát biểu rằng COVID-19 lây chủ yếu qua tiếp xúc trực tiếp với người bệnh và bằng những giọt bắn qua đường hô hấp cỡ lớn chứa vi-rút, có đường kính lớn hơn 5 micrômét. Các giọt bắn này lớn, nặng và được cho là chỉ đi được một quãng đường ngắn sau khi một người ho hay hắt hơi rồi rơi xuống sàn hoặc bề mặt khác.

Khi các giới chức y tế công cộng nói không có đủ bằng chứng để cho rằng SARS-CoV-2 lây qua đường không khí, ý của họ là họ không tin rằng vi-rút được vận chuyển trong các giọt bắn nhỏ, hoặc aerosol có đường kính nhỏ hơn 5 micrômét.

Các bằng chứng cho thấy rằng chủng vi-rút corona mới chỉ tồn tại dưới dạng aerosol trong các điều kiện hạn chế.

Vi-rút lây qua

"đường không khí" là gì?

Vi-rút lây qua đường không khí là những vi-rút có thể trở nên lơ lửng trong không khí, điển hình là khi người bệnh ho hay hắt hơi. Sau đó, chúng có thể bị những người không biết hít phải, gây ra ca nhiễm mới. Vi-rút lây qua đường không khí có thể gây bệnh cho cả động vật và người.

Có rất nhiều loại vi-rút lây qua đường không khí phổ biến mà bạn đã từng được nghe. Ví dụ, bệnh cảm lạnh thông thường được xem là bệnh lây qua đường không khí, cũng như influenza (cúm), bệnh lao và bệnh ho gà.

Aerosol là gì?

Aerosol là một thuật ngữ vật lý, nghĩa là một chất lỏng hay chất rắn (vi-rút) lơ lửng trong môi trường khí (như không khí). Aerosol không nhất thiết phải có chứa vi-rút. Sương mù cũng là một dạng aerosol, nó cho phép các giọt nước nhỏ lơ lửng trong không khí. Giống như sương mù, các hạt lơ lửng có thể ở trong không khí nhiều giờ trở lên, tùy vào các yếu tố như nhiệt độ hay độ ẩm.

Sự khác biệt chính giữa giọt bắn và aerosol là các giọt bắn nặng và lớn, do đó chúng không thể ở trong không khí được lâu. Aerosol, WHO gọi là "droplet nuclei" (nhân giọt bắn), có đường kính nhỏ hơn 5 micrômét. Chúng có thể ở trong không khí trong thời gian dài và có thể lây lan cho người khác với khoảng cách xa hơn 1 mét.

Aerosol cũng có thể chứa những hạt vi-rút gây bệnh. Theo Đại học Y Harvard thì aerosol là những hạt vi-rút lây nhiễm có thể trôi hay lơ lửng trong không khí. Về cơ bản, aerosol là những giọt bắn nước bọt siêu nhỏ, có thể chứa vi-rút bên trong. Aerosol phát ra từ một người mắc vi-rút corona khi ho hay hắt hơi, kể cả khi người này không có triệu chứng.

Tại sao mọi người lại lo lắng về vi-rút lây qua đường không khí?

Ai cũng lo ngại khi vi-rút lây qua đường không khí, vì nó làm gia tăng đáng kể nguy cơ lây nhiễm cho nhiều người. Vi-rút lây qua đường không khí có xu hướng dễ lây lan hơn và khó kiểm soát hơn.

Trong một nghiên cứu trong phòng thí nghiệm vào tháng 3, các nhà nghiên cứu đã mô tả các hạt vi-rút corona đã aerosol hóa có thể hoạt động trong không khí tối đa 3 giờ. Điều này có nghĩa là một người khác có khả năng hít vào những hạt này, nhiều giờ sau khi chúng bị phóng ra. Tuy nhiên, nghiên cứu này có những hạn chế ở các yếu tố ngoài trời như độ ẩm và các điều kiện khác vốn có thể ảnh hưởng đến thời gian vi-rút hoạt động dưới dạng aerosol.

Trong một trường hợp, nhiều thành viên trong một ban hợp xướng ở Seattle đã bị nhiễm COVID-19, mặc dù các thành viên khác không có triệu chứng và đều giữ khoảng cách với nhau khi biểu diễn. Sau đó, có 2 thành viên mắc bệnh đã tử vong.

Tuy nhiên, nếu bạn ho hay hắt hơi vào bàn tay hoặc bề mặt, các nhà khoa học cũng phát hiện ra rằng vi-rút corona có thể tồn tại trên bề mặt đồng đến 4 giờ, trên bìa các-tông đến 24 giờ và trên nhựa hay thép không rỉ đến 2 hoặc 3 ngày. Vì những lý do này mà việc vệ sinh các bề mặt, rửa tay và giãn cách xã hội ở nơi công cộng được xem là những thực hành tốt.



WHO đề xuất những phương thức bảo vệ cơ bản sau:

- **Rửa tay thường xuyên**

Rửa tay kỹ thường xuyên bằng nước/dung dịch rửa tay chứa cồn hoặc bằng xà phòng và nước.

Tại sao? Rửa tay thường xuyên bằng xà phòng và nước hoặc nước/dung dịch rửa tay chứa cồn sẽ giúp tiêu diệt vi-rút ở trên tay bạn.

- **Duy trì giãn cách xã hội**

Giữ khoảng cách ít nhất 1 mét (3 feet) giữa bạn và những ai đang ho hay hắt hơi.

Tại sao? Khi một người ho hay hắt hơi, họ sẽ bắn ra những giọt dịch từ mũi hoặc miệng, có thể chứa vi-rút. Nếu bạn ở quá gần, bạn có thể hít phải những giọt bắn, bao gồm cả vi-rút COVID-19 nếu người đang ho mắc bệnh.

- **Tránh chạm tay vào mắt, mũi và miệng**

Tại sao? Tay chúng ta chạm vào nhiều bề mặt và có thể dính vi-rút. Sau khi bị nhiễm khuẩn, tay có thể đưa vi-rút lên mắt, mũi hay miệng. Từ đó, vi-rút có thể xâm nhập vào cơ thể và khiến bạn mắc bệnh.

- **Thực hành vệ sinh hô hấp**

Đảm bảo bạn và những người xung quanh thực hiện vệ sinh hô hấp tốt. Vệ sinh hô hấp nghĩa là che mũi, miệng bằng khuỷu tay hay khăn giấy khi ho, hắt hơi. Sau đó, vứt khăn giấy đã dùng ngay lập tức.

Tại sao? Các giọt bắn làm lây lan vi-rút. Làm theo các hướng dẫn vệ sinh hô hấp tốt nghĩa là bạn đã bảo vệ những người xung quanh khỏi COVID-19.

Làm sao để tôi có thể đưa tin về vấn đề này?

Dùng ngôn từ đơn giản để giải thích những thuật ngữ y học, khoa học phức tạp cho khán/độc giả

Nếu các chuyên gia dùng các thuật ngữ mà bạn không hiểu, hãy yêu cầu họ giải thích cho bạn bằng ngôn từ đơn giản để đảm bảo các phát biểu của họ không bị diễn dịch sai.

Cập nhật những nghiên cứu mới nhất về chủ đề này

Thông tin thay đổi rất nhanh chóng, do đó bạn cần đảm bảo bài viết của bạn có ghi ngày tháng và liên kết đến tài liệu gốc mà bạn lấy thông tin để cho khán/độc giả có thể tự xác minh nếu thông tin đã lỗi thời.

Bám theo sự thật, và không làm gia tăng sợ hãi và hoảng loạn

Tránh dùng những từ ngữ có thể gây hoảng loạn. Hãy nhớ đối tượng của bạn là những khán/độc giả vốn đang trong tâm trạng âu lo. Sử dụng ít tính từ và tập trung nhiều hơn vào các chi tiết. Không dùng những từ gây hoảng loạn như "chết người", "đáng sợ" hay "kẻ giết người".

Hỗ trợ khán/độc giả hành động

Cố gắng không tập trung quá nhiều vào những điều khán/độc giả không thể kiểm soát, đảm bảo mọi bài viết đều có những lời khuyên thực tế để họ có thể tự hành động nhằm bảo vệ bản thân.