**- Số ca nhiễm**

<https://www.vietnamplus.vn/ghi-nhan-48-ca-mac-moi-covid19-trong-do-bac-giang-co-33-ca/713539.vnp>

Tính từ 12h đến 18h ngày 18/5, Việt Nam ghi nhận thêm 48 ca mắc mới COVID-19 (BN4465-4512) trong đó tại Bắc Giang (33), Bắc Ninh (13), Điện Biên (1), Thái Bình (1). Nâng tổng số ca ở Việt Nam lên tới 3.042 ca ghi nhận trong nước và 1.470 ca nhập cảnh. Số lượng [**ca mắc mới**](https://www.vietnamplus.vn/tags/Ca-m%e1%ba%afc-m%e1%bb%9bi.vnp) tính từ ngày 27/4 đến nay là 1.472 ca

Trong 24h qua từ 17/5/2021: Vie

**- Tình trạng dịch bệnh như thế nào**

<https://www.vietnamplus.vn/bac-giang-dich-benh-rat-phuc-tap-co-the-se-co-them-cac-ca-cong-dong/713486.vnp>

# +) Bắc Giang: Dịch bệnh rất phức tạp, có thể sẽ có thêm các ca cộng đồng

Ổ dịch tại Công ty Trách nhiệm hữu hạn [**Hosiden Việt Nam**](https://www.vietnamplus.vn/tags/Hosiden-Vi%e1%bb%87t-Nam.vnp) ở Khu Công nghiệp Quang Châu (cùng trên địa bàn huyện Việt Yên) phát hiện từ ngày 14/5 đến nay, có 190 trường hợp dương tính với SARS-CoV-2, 1.736 F1 và 4.813 F2.

Hiện ổ dịch này đã lây sang một số doanh nghiệp tại Khu Công nghiệp Đình Trám (huyện Việt Yên) và đang diễn biến phức tạp.

# +) Hà Nội:

**- Vấn đề thực trạng:**

+) Xuất hiện các video, clip lạ khi đang học online (Video clip Huấn Hoa Hồng, clip nóng) làm rối loạn lớp học

+) Học sinh, sinh viên không học bài mà ngồi chơi game

+) Không ngồi học mà đi ngủ

+) Bỏ tiết học để đi chơi, tụ tập với bạn bè ở chỗ đông người

+) Dành hết thời gian vui chơi giải trí sau giờ học và trước giờ học vào việc đi ngủ.

**- Vấn đề tâm lý, sức khỏe:**

**Nguồn bài viết: https://jobsgo.vn/blog/ngoi-lau-truoc-may-tinh-ton-hai-co-the-va-nguy-co-tu-vong-kho-luong/**

# 1. Ngồi lâu trước máy tính ảnh hưởng đến thị lực

# Do việc ngồi sử dụng chúng trong hàng giờ đồng hồ ảnh hưởng nghiêm trọng đến thị lực đôi mắt, gây mỏi mắt, khô mắt, giảm thị lực, cận thị…

# 3. Ngồi lâu trước máy tính khiến đau mỏi vai và lưng

# Người bình thường nếu ngồi xuống quá 3 phút sẽ rơi vào tư thế mỏi hoặc không thể ngồi thẳng như lúc đầu. Ngồi nhiều sẽ tạo ra sự hao mòn trong khớp xương của bạn, ảnh hưởng lớn đến dây chằng cột sống khi phải đặt một trọng lực lớn trên cơ vai và lưng trong thời gian dài. Ngoài ra, khi ở đằng trước là máy tính thì tự nhiên bạn sẽ phải vươn cổ về phía trước trong khi tập trung, gây căng thẳng trên cổ và vai.

# 4. Ngồi máy tính quá lâu và thường xuyên sẽ khiến trí tuệ sa sút Trong một nghiên cứu từ 1,600 người trường thành và 65 người già, các nhà nghiên cứu tìm ra được những người có gen liên quan chặt chẽ với bệnh mất trí nhớ thì khả năng phát triển bệnh gần như gấp đôi so với những người không mang gen bệnh. Nhà tâm lý học người Mỹ – ông Michael Pietrus cho biết: “Có quá nhiều yếu tố kích thích của máy tính khiến chúng ta mất tập trung và làm việc không thực sự hiệu quả”. Khi bạn để những kích thích này thường xuyên “dẫn lối”, bạn sẽ dễ dàng mắc chứng hay quên, đãng trí.

# 5. Ngồi lâu trước máy tính ảnh hưởng đến hệ hô hấp

# Ngồi lâu trước máy tính là một dạng vận động tốn ít năng lượng nhất. Khi bạn ngồi xuống, tư thế ngồi khiến khoang phổi không được mở rộng để thở, làm hạn chế lượng oxi cần thiết vào cơ thể của bạn. Vì vậy, trong thời gian này chúng ta thường có xu hướng thở nông.

# 6. Ngồi nhiều ảnh hưởng đến hệ thống tim mạch

# Khi ngồi nhiều ảnh hưởng đến phổi cũng sẽ ảnh hưởng tới hệ thống tim mạch. Trái tim và hệ thống tim mạch sẽ làm việc hiệu quả hơn thông qua các hoạt động đứng lên, di chuyển nhiều. Phát hiện theo một nghiên cứu từ năm 2010 cho biết sự gia tăng khoảng 125% về bệnh tim mạch do dành thời gian ngồi quá lâu, kéo theo nguy cơ tăng đến 46% tử vong do các nguyên nhân khác.