

ĐỘI THIẾU NIÊN TIỀN PHONG HỒ CHÍ MINH  
LIÊN ĐỘI TRƯỜNG THCS TÂN TRIỀU

---oOo---

BÀI PHÁT MĂNG NON THÁNG 10/2023

TUYÊN TRUYỀN PHÒNG CHỐNG BỆNH SỐT XUẤT HUYẾT

*Vì sức khỏe của trẻ, của mỗi gia đình và của cả cộng đồng, tất cả mọi người hãy quan tâm thực hiện tốt các biện pháp phòng chống bệnh sốt xuất huyết.*



## I. Bệnh sốt xuất huyết là gì?






- Sốt xuất huyết là bệnh truyền nhiễm cấp tính, có thể gây thành dịch do vi rút dengue gây ra. Bệnh lây lan do muỗi vằn đốt người bệnh nhiễm vi rút sau đó truyền bệnh cho người lành qua vết đốt.

- Ở Việt Nam, bệnh lưu hành rất phổ biến, ở cả 4 miền Bắc, Trung, Nam và Tây Nguyên, bệnh xảy ra quanh năm nhưng thường bùng phát thành dịch lớn vào mùa mưa, nhất là vào các tháng 7, 8, 9, 10.

## II. Sự nguy hiểm của bệnh sốt xuất huyết:

- Bệnh chưa có thuốc điều trị đặc hiệu và chưa có vắc xin phòng bệnh.
- Thường gây ra dịch lớn với nhiều người mắc có thể gây tử vong nhất là với trẻ em, gây thiệt hại lớn về kinh tế, xã hội.

- Bệnh sốt xuất huyết do vi rút gây ra với 4 tít gây bệnh, một người có thể mắc nhiều lần do nhiễm các typ vi rút khác nhau.

<p><b>1. Bệnh sốt xuất huyết là gì?</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Sốt xuất huyết là bệnh truyền nhiễm cấp tính do virus gây ra. Bệnh lây từ người bệnh sang người lành do muỗi vằn đốt/chích.</li> <li>- Bệnh xảy ra quanh năm, ở hầu hết các tỉnh/thành phố và phát triển nhiều nhất vào mùa mưa.</li> </ul> 	<p><b>3. Bệnh sốt xuất huyết có biểu hiện như thế nào?</b></p>  <ul style="list-style-type: none"> <li>- Sốt cao đột ngột 39°C trở lên (liên tục từ 2-7 ngày, khó hạ sốt), và có ít nhất 2 trong số các dấu hiệu sau: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Xuất huyết: Chấm/mảng xuất huyết dưới da, chảy máu chân răng, chảy máu cam...</li> <li>• Nhức đầu, chán ăn, buồn nôn hoặc nôn</li> <li>• Phát ban</li> <li>• Đau cơ, đau khớp, nhức hai hố mắt</li> <li>• Mệt li bì hoặc vật vã</li> <li>• Đau bụng.</li> </ul> </li> </ul> 	<p><b>4. Cần làm gì khi nghi ngờ bị sốt xuất huyết?</b></p> <p>Đến ngay cơ sở y tế để khám khi có dấu hiệu nghi ngờ mắc sốt xuất huyết.</p>  <p>Trường hợp được chỉ định điều trị tại nhà, cần thực hiện như sau:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Dùng thuốc và hạ sốt theo hướng dẫn của cán bộ y tế.</li> <li>- Cho người bệnh uống nhiều nước (Oresol, nước cháo, nước dừa, nước ép trái cây...).</li> <li>- Cho ăn thức ăn dễ tiêu: sữa, cháo hoặc súp.</li> <li>- Đưa ngay người bệnh đến cơ sở y tế khi thấy một trong các dấu hiệu nặng hơn như: sốt cao, li bì, bứt rứt, vật vã, chân tay lạnh, nôn nhiều hoặc có các biểu hiện xuất huyết nặng.</li> </ul> 
<p><b>2. Tại sao sốt bệnh xuất huyết lại nguy hiểm?</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Hiện nay chưa có vắc xin phòng bệnh và thuốc điều trị đặc hiệu.</li> <li>- Bệnh thường gây ra dịch lớn, gây khó khăn cho việc chăm sóc và chữa trị, có thể dẫn tới tử vong.</li> <li>- Ai cũng có thể mắc bệnh. Trẻ em dưới 15 tuổi nếu mắc bệnh sẽ nặng hơn.</li> </ul>	<p>2</p>	<p>3</p>

### III. Đặc điểm của muỗi truyền bệnh sốt xuất huyết:

- Muỗi có màu đen, thân và chân có những đốm trắng thường được gọi là muỗi vằn.
- Muỗi vằn cái đốt người vào ban ngày, đốt mạnh nhất là vào sáng sớm và chiều tối.
- Muỗi vằn thường trú đậu ở các góc/xó tối trong nhà, trên quần áo đặc biệt quần áo cod mùi mồ hôi, chăn màn, dây phơi và các đồ dùng trong nhà.
- Muỗi vằn đẻ trứng, sinh sản ở các ao, vũng nước hoặc các dụng cụ chứa nước sạch ở trong và xung quanh nhà như bể nước, chum, vại, xô, chậu, giếng nước, hốc cây, hòn non bộ... các đồ vật hoặc đồ phế thải có chứa nước như lọ hoa, bát nước kê chạn, lốp xe, vỏ dừa, vỏ sữa chua, máng thoát nước mưa bị tắc... Muỗi vằn phát triển mạnh vào mùa mưa, khi nhiệt độ trung bình hàng tháng vượt trên 20° C.

### IV. Biểu hiện của bệnh sốt xuất huyết:

- Sốt cao đột ngột 39 - 40 độ C, kéo dài 2 - 7 ngày.
- Đau đầu dữ dội ở vùng trán.
- Đau hốc mắt, đau người, các khớp

- Buồn nôn
- Phát ban
- Xuất huyết: dưới da, chảy máu mũi, ra kinh nguyệt bất thường, xuất huyết tiêu hóa....

#### V. Nguyên nhân tử vong:

- Shock do thoát dịch ra khỏi lòng mạch máu
- Xuất huyết nội tạng: tim, não, thận, xuất huyết tiêu hóa...

#### VI. Cần làm gì khi nghi ngờ bị sốt xuất huyết:

### 06 DẤU HIỆU NGUY HIỂM CỦA BỆNH SỐT XUẤT HUYẾT

 <p><b>LỪ ĐŨ, BỨT RÚT, BÓN CHÓN</b></p>	 <p><b>ĐAU BỤNG</b></p>
 <p><b>CÓ BIỂU HIỆN CHẢY MÁU</b> Chảy máu chân răng, mũi, ói máu, đi cầu phân đen, có kinh bất thường ở nữ</p>	 <p><b>KHÓ THỞ, THỞ NHANH</b></p>
 <p><b>Ở TRẺ EM CẦN LƯU Ý</b> Trẻ có biểu hiện bỏ ăn, bỏ bú, mệt mỏi dù hết sốt</p>	 <p><b>NÔN ÓI NHIỀU</b></p>



Đến cơ sở y tế **KỊP THỜI** để được **ĐIỀU TRỊ SỚM** là chìa khóa để **HẠN CHẾ TỬ VONG**



- Đi khám tại cơ sở y tế để chẩn đoán và điều trị theo đơn bác sĩ; khám lại theo hẹn
- Theo dõi và chăm sóc tại cộng đồng:
- Hạ sốt khi nhiệt độ cơ thể từ 38,5 độ C trở lên bằng **Paracetamol**, lau người bằng nước ấm khi sốt cao
- Uống nhiều nước : dung dịch Oresol, nước trái cây...
- Ăn thức ăn lỏng, dễ tiêu: Cháo, súp, sữa, thực phẩm giàu vitamin C
- Nằm màn cả ngày và đêm, nghỉ ngơi tại giường
- Theo dõi hàng ngày các triệu chứng cho đến khi hết sốt 2 ngày
- **Đến ngay cơ sở y tế khi có các dấu hiệu nguy hiểm sau:**

- Mệt mỏi bất thường, nhiệt độ hạ nhanh dưới 36C; da xanh, lạnh và ẩm
- Chảy máu mũi hoặc chảy máu lợi, Có nhiều nốt xuất huyết trên da
- Nôn liên tục hoặc nôn ra máu
- Đi ngoài phân đen
- Ngủ li bì hoặc quấy khóc (trẻ em)
- Đau bụng
- Khát nhiều (khô miệng)
- Khó thở

## VII. Cách phòng bệnh sốt xuất huyết:



**Cách phòng bệnh tốt nhất:** là diệt muỗi, lăng quăng/bọ gậy và phòng chống muỗi đốt.

- Loại bỏ nơi sinh sản của muỗi, diệt lăng quăng/bọ gậy bằng cách:
  - + Đậy kín tất cả các dụng cụ chứa nước để muỗi không vào đẻ trứng.
  - + Thả cá hoặc mê zô vào các dụng cụ chứa nước lớn (bể, giếng, chum, vại...) để diệt lăng quăng/bọ gậy.
  - + Thau rửa các dụng cụ chứa nước vừa và nhỏ (lu, chum, xô chậu...) hàng tuần



+ Thu gom, hủy các vật dụng phế thải trong nhà và xung quanh nhà như chai, lọ, mảnh chai, mảnh lu vỡ, ống bơ, vỏ dừa, lốp/vỏ xe cũ, hốc tre, bẹ lá..., dọn vệ sinh môi trường, lật úp các dụng cụ chứa nước khi không dùng đến

+ Bỏ muối hoặc dầu vào bát nước kê chân chạn/tủ đựng chén bát, thay nước bình hoa/bình bông.

- Phòng chống muỗi đốt:

+ Mặc quần áo dài tay.

+ Ngủ trong màn/mùng kể cả ban ngày.

+ Dùng bình xịt diệt muỗi, hương muỗi, kem xua muỗi, vợt điện diệt muỗi...

+ Dùng rèm che, màn tẩm hóa chất diệt muỗi.

+ Cho người bị sốt xuất huyết nằm trong màn, tránh muỗi đốt để tránh lây lan bệnh cho người khác.

- Tích cực phối hợp với chính quyền và ngành y tế trong các đợt phun hóa chất phòng, chống dịch..

- KHÔNG CÓ BỌ GẬY - KHÔNG CÓ SỐT XUẤT HUYẾT.
- KHÔNG CÓ MUỖI VẮN - KHÔNG CÓ SỐT XUẤT HUYẾT.

