**TRƯỜNG MẦM NON CỘNG HIỀN**

**BÀI TẬP HUẤN, TUYÊN TRUYỀN BỆNH SỐT XUẤT HUYẾT**

(Ngày tập huấn 20/8/2024)

**I. Đặc điểm của bệnh sốt xuất huyết**

**1. 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.

**2. Nguyên nhân của bệnh, cách lây truyền**

Bệnh sốt xuất huyết do virus Dengue ( Đen- gơ) gây nên. Virus Dengue lây truyền từ người bệnh sang người lành qua loài muỗi có tên là Aedes aegypti ( An-des-ê-gyp-ti) thường được gọi là muỗi vằn.

Muỗi vằn có màu đen, trên thân và chân có những đốm trắng. Muỗi thường đậu ở quần áo, chăn, màn trong nhà.

Muỗi vằn hoạt động hút máu và ban ngày, cao nhất là vào sáng sớm và chiều tối.

***\* Lưu ý:*** Dịch sốt xuất huyết thường xảy ra theo mùa, dịch bắt đầu từ tháng 4 và kéo dài đến cuối năm, cao nhất vào tháng 7, 8, 9, 10. Cả người lớn và trẻ em đều có thể bị mắc sốt xuất huyết.

Vòng đời của muỗi vằn trải qua 4 giai đoạn: trứng, bọ gậy, lăng quăng, muỗi trưởng thành.

**3. Biểu hiện của bệnh**

- Sốt cao đột ngột, kéo dài từ 2-7 ngày, mệt mỏi, đau đầu, đau nhức các khớp.

- Có ban đỏ, xuất huyết da, chảy máu cam, nôn ra máu, đi ngoài phân đen…

- 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 tiệu hóa….

**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 típ gây bệnh, một người có thể mắc nhiều lần do nhiễm các typ vi rút khác nhau.

**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 20º C.

  **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:**

1. Đi khám tại cơ sở y tế để chẩn đoán và điều trị theo đơn bác sĩ; khám lại theo hẹn
2. 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
1. **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:**

- Dùng thuốc xịt muỗi, nhang diệt muỗi, vợt muỗi bằng điện...

- Thoa kem chống muỗi đốt, mặc quần áo dài tay đối với trẻ em, ngủ màn kể cả ban ngày…

- Sắp xếp quần áo, đồ vật trong nhà gọn gàng, ngăn nắp.

- Thường xuyên cọ, súc rửa chum vại, phi..., dùng bàn chà chà sát để loại bỏ trứng muỗi bám vào thành dụng cụ. Đậy nắp không cho muỗi vào đẻ trứng.

- Đối với những dụng cụ chứa nước lớn không thể xúc rửa hoặc đậy nắp được ta có thể thả cá diệt lăng quăng, bọ gậy.

- Đối với các dụng cụ khác: bát kê chân chạn, lọ hoa, chậu cây cảnh… thay nước ít nhất một lần trong một tuần, cho muối ăn hoặc dầu lin vào bát kê chân chạn, cọ rửa thành của vật dụng để loại bỏ trứng.

- Loại trừ ổ bọ gậy bằng cách phá hủy hoặc loại bỏ những ổ nước tự nhiên hay nhân tạo trong và xung quanh nơi ở.

- Thu dọn rác ( chai, lọ, bát, vở hộp nhựa, lớp xe hỏng, vỏ gáo dừa…)

- Lấp các hốc cây bằng xi măng, cát, sửa chữa các máng nước bị hỏng, khơi thông cống rãnh bị tắc nghẽn.

- Dọn dẹp vệ sinh xung quanh nhà sạch sẽ.

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

\* Vì sức khỏe 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 với khẩu hiệu: **“**Không có lăng quăng, không có muỗi vằn, không có sốt xuất huyết”./.