

Từ năm 2005, Tổ chức Y tế Thế giới (WHO) đã nhận định SXH có thể trở thành một vấn đề y tế công cộng khẩn cấp được cộng đồng quốc tế quan tâm và lo ngại, do những tác động tiêu cực của bệnh đến đời sống xã hội.

Nếu không được phát hiện, chẩn đoán sớm và xử trí kịp thời sẽ dễ dẫn đến tử vong.

Là bệnh chưa có thuốc điều trị đặc hiệu và vắc-xin phòng bệnh.

### **Câu hỏi 1: Sự lây truyền bệnh SXHD như thế nào?**

SXHD là một bệnh truyền nhiễm và véc-tơ truyền bệnh chính là muỗi vằn *Aedes aegypti*. Chu trình truyền bệnh như sau: người mang vi rút dengue → muỗi → các thành viên khác trong cộng đồng.

Sau khi muỗi đốt người bị bệnh, vi-rút từ máu người bệnh sẽ truyền sang tế bào muỗi. Thời gian từ khi muỗi hút máu người bệnh đến khi muỗi có thể truyền bệnh sang người khác là khoảng 12 ngày. Trong thời gian này, các vi-rút được nhân lên bên trong cơ thể muỗi, lây lan đến các tế bào thuộc các bộ phận khác nhau cho đến khi nó lan đến tuyến nước bọt của muỗi. Đến khi đó nếu nó đốt người khác, muỗi sẽ truyền vi-rút dengue sang cơ thể họ.

### **Câu hỏi 2: Đối tượng nào dễ bị biến chứng nguy hiểm nhất khi mắc sốt xuất huyết?**

Diễn tiến bệnh sốt xuất huyết phức tạp, khó tiên lượng. Bệnh có thể chuyển nặng ở bất kỳ người nào, bất kỳ lứa tuổi.

Do đó, không được chủ quan với bệnh sốt xuất huyết bằng cách đến ngay cơ sở điều trị ngay khi bị sốt để được chẩn đoán và chăm sóc đúng cách.

### **Câu hỏi 3: Triệu chứng của sốt xuất huyết dengue là gì?**

Sốt xuất huyết dengue có những triệu chứng giống như cúm, kéo dài từ 2 đến 7 ngày. Thời gian ủ bệnh từ 4 đến 10 ngày sau khi bị muỗi mang mầm bệnh đốt.

Sốt cao thường kèm theo ít nhất là hai trong những triệu chứng sau:

Đau đầu

Nhức sau hốc mắt

Buồn nôn, nôn.

Sưng hạch bạch huyết

Đau mỏi cơ, xương hay khớp

Phát ban

#### **Câu hỏi 4: Vì sao trẻ em dễ mắc sốt xuất huyết hơn người lớn?**

So với người lớn, sốt xuất huyết ở trẻ em có tỷ lệ cao hơn, điều này là do trẻ thường chưa có ý thức phòng chống muỗi đốt, mặt khác cơ thể trẻ, hệ miễn dịch chưa hoàn thiện nên trẻ thường dễ bị nhiễm bệnh.

#### **Câu hỏi 5: Sốt xuất huyết ở trẻ em có biểu hiện như thế nào?**

Khi trẻ bị sốt xuất huyết thường khởi phát bệnh với sốt cao đột ngột, thời gian sốt có thể kéo dài từ 2- 7 ngày, kèm theo biểu hiện như mặt đỏ phừng, xuất huyết dưới da, đau đầu, nhức mỏi.

Một số trường hợp trẻ bị sốt xuất huyết còn kèm đau họng, viêm kết mạc mắt, mệt mỏi, buồn nôn và nôn. Tuy nhiên, sốt xuất huyết ở trẻ trong giai đoạn phổi phát bệnh không có triệu chứng đặc hiệu, nên khó phân biệt với các loại nhiễm virus khác. Vì vậy khi có dấu hiệu nghi ngờ cần đến cơ sở y tế để được khám, theo dõi, điều trị kịp thời.

#### **Câu hỏi 6: Sốt xuất huyết ở người lớn khác với trẻ em như thế nào?**

So với trẻ em, sốt xuất huyết ở người lớn thường có triệu chứng khác biệt hơn như: Thời gian sốt kéo dài 7 ngày hoặc hơn, thường kèm theo dấu hiệu xuất huyết da, chảy máu mũi, tiêu tiểu ra máu, ói ra máu... và tình trạng xuất huyết kéo dài hơn sau ngày thứ 7 của bệnh. Ngược lại, biểu hiện sốc ở người lớn lại nhẹ hơn trẻ em và tỉ lệ tái sốc ít. Một vài thống kê cho thấy: tỉ lệ xuất huyết nặng ở người lớn 50% (trẻ em 6,2%), thường gặp nhất là xuất huyết âm đạo 52,8% (trẻ em 0%), chân răng 48,3% (10,4%), tiêu hóa 41,7% (16,7%), niêm mạc mũi 16,7% (6,3%), xuất huyết sau ngày thứ 7 là 40% (8,3%).

#### **Câu hỏi 7: Khi nào đi đến cơ sở y tế?**

Ngay khi có các biểu hiện bệnh như sốt kéo dài, xuất huyết dưới da, mệt mỏi, chảy máu chân răng hay các vị trí khác, cần đến ngay cơ sở y tế để được thăm khám và làm các xét nghiệm kịp thời.

Người bệnh khi đến cơ sở y tế cần tuân thủ điều trị theo y lệnh của bác sĩ, tránh bỏ thuốc hay tự ý uống thuốc theo ý mình. Vì biến chứng sốt xuất huyết rất nguy hiểm, có thể ảnh hưởng đến chính tính mạng của người bệnh.

#### **Câu hỏi 8: Các thuốc nào không được dùng khi mắc sốt xuất huyết?**

Không được dùng aspirin: Trong SXH có hiện tượng chảy máu. Aspirin ngăn sự tập kết tiểu cầu, chống đông máu nên làm cho việc chảy máu do SXH gây ra không cầm được (nhất là xuất huyết đường tiêu hóa). Kết quả làm cho bệnh trầm trọng thêm. Do vậy, trong SXH, không được dùng aspirin cho cả người lớn và trẻ em.

Riêng với trẻ em càng đặc biệt chú ý việc cấm này vì: aspirin là yếu tố thúc đẩy gây hội chứng Reye (phù não và suy gan nhiễm mỡ với tỷ lệ tử vong khoảng 30-50%, nếu sống sót cũng để lại di chứng tổn thương não vĩnh viễn). Aspirin làm tăng độ acid (vốn thấp ở dạ dày trẻ), gây bong rớt niêm mạc đường tiêu hóa, nặng hơn gây xuất huyết đường tiêu hóa.

Không dùng kháng viêm không steroid: Tuy không làm ngưng tập kết tiểu cầu mạnh như aspirin nhưng các kháng viêm không steroid đều có tính này (với các mức khác nhau) nên cũng làm cho việc chảy máu trong SXH không cầm được. Do vậy không dùng chúng trong SXH. Trên thị trường có các loại thuốc cấm (bán không cần đơn) trong thành phần thường có chứa kháng viêm không steroid. Ví dụ biệt dược: alaxan chứa kháng viêm không steroid (ibuprofen). Tránh dùng nhầm các loại biệt dược loại này.

### **Câu hỏi 9: Có nên cạo gió khi bị sốt xuất huyết không?**

Không nên cạo gió khi bị sốt xuất huyết, bởi phương pháp này có thể làm đau và có thể gây chảy máu.

### **Câu hỏi 10: Khi bị sốt xuất huyết nên ăn uống như thế nào?**

Bù nước và điện giải là vấn đề quan trọng nhất trong điều trị sốt xuất huyết

Khi sốt cao, cơ thể mất nước chính vì vậy cần phải bổ sung nước và điện giải bằng các dung dịch uống như Oresol. Lưu ý cần pha đúng hàm lượng thuốc và nước theo hướng dẫn thầy thuốc.

Nên uống các loại nước trái cây, nước quả ép (như cam, bưởi, nước chanh, nước dứa) vì chứa nhiều khoáng chất và vitamin C tăng cường sức đề kháng.

Ăn thức ăn mềm, dễ tiêu khi bị sốt xuất huyết:

Người bệnh thường cảm thấy rất mệt mỏi, chán ăn nên khi chế biến thức ăn cần chế thức ăn đơn giản, mềm dễ tiêu như: ăn cháo, soup vừa giàu dinh dưỡng lại dễ hấp thu, có thể uống thêm sữa và các bữa phụ để giúp người bệnh nhanh hồi phục.

Tích cực bổ sung các món ăn giàu chất đạm khi bị SXH như trứng, thịt, sữa... thực phẩm giàu vitamin A, giàu kẽm (thịt bò, gà...)

Hạn chế các đồ nhiều dầu mỡ, gia vị, các đồ ăn cứng khó tiêu.

### **BIỆN PHÁP PHÒNG CHỐNG BỆNH SỐT XUẤT HUYẾT.**

Câu hỏi 11: Nguyên tắc trong phòng chống bệnh sốt xuất huyết do Ae. Aegypti?

Không để cho muỗi phát triển, không để muỗi đốt.

**Câu hỏi 12: Vật chứa nào có nhiều lăng quăng nhất? Cách xử lý?**

**Câu hỏi 13: Biện pháp phòng chống bệnh sốt xuất huyết?**

Giảm nguồn sinh sản của muỗi: Quản lý dụng cụ chứa nước sinh hoạt (dùng nắp dậy, thả cá.....), thu gom phá hủy các dụng cụ không cần thiết, hốc cây.

Chống muỗi trưởng thành đốt: Làm lưới chắn ở cửa ra vào, ngủ ban ngày phải nằm màn.

Diệt muỗi trưởng thành bằng hóa chất: bình xịt thuốc cá nhân, rèm ở cửa ra vào và cửa sổ có tấm hóa chất diệt muỗi.

Tuyên truyền, giáo dục cộng đồng: Ở các tuyến y tế tỉnh, huyện sử dụng các phương tiện truyền thông đại chúng: Đài truyền thanh, truyền hình, báo chí và các phương tiện thông tin khác, tuyến cộng đồng cán bộ y tế tuyên truyền trong trường học, các buổi họp dân, tranh ảnh...giới thiệu cho người dân hiểu biết nguyên nhân và cách phòng chống bệnh sốt xuất huyết.

Huy động cộng đồng:

Đối với cá nhân: Kêu gọi từng thành viên trong gia đình thực hiện các biện pháp thông thường phòng chống bệnh sốt xuất huyết bao gồm làm giảm nguồn lây truyền, bảo vệ cá nhân thích hợp.

Đối với cộng đồng: Tổ chức các chiến dịch loại trừ ổ bọ gậy muỗi truyền bệnh sốt xuất huyết, ít nhất 2 lần vào đầu và giữa mùa dịch.

**Câu hỏi 14: Nên phun thuốc diệt muỗi truyền bệnh sốt xuất huyết vào giờ nào?**

Để phun thuốc diệt muỗi phòng sốt xuất huyết việc đầu tiên là diệt bọ gậy, sau đó mới tiến hành phun thuốc diệt muỗi trưởng thành. Loài muỗi sốt xuất huyết hoạt động vào ban ngày, mạnh nhất vào những giờ đầu buổi sáng (vì sau một đêm đậu nghỉ muỗi đã bị đói), tiếp theo vào thời gian trước lúc mặt trời lặn. Để diệt loài muỗi này có hiệu quả nên phun thuốc vào buổi sáng.

**Câu hỏi 15: Các loại thuốc phun diệt muỗi và côn trùng có gây ảnh hưởng tới người sử dụng không?**

Các loại thuốc diệt côn trùng hiện đang được sử dụng đều đã qua các cuộc thử nghiệm nghiêm ngặt bởi Tổ chức Y tế thế giới, và được các cơ quan chức năng của Việt Nam cấp phép lưu hành.

**Câu hỏi 16: Các loại thuốc phun diệt côn trùng có thời gian hiệu lực trong bao lâu và đối với những loại côn trùng nào?**

Trong điều kiện bình thường, các loại thuốc phun diệt muỗi và côn trùng gây hại vẫn còn hiệu quả tốt sau 6 tháng kể từ khi phun. Các thử nghiệm trên các bề mặt tường sơn, tường vôi, gỗ, vách đất, ... tại các vùng có khí hậu khác nhau cho ra những kết quả

thời gian hiệu lực của thuốc khác nhau, trung bình từ 3 đến 6 tháng. Hoá chất diệt côn trùng có tác dụng diệt đối với tất cả các loại côn trùng như: muỗi, ruồi, gián, kiến...

**Câu hỏi 17: Thuốc có gây mẫn ngứa cho người sử dụng không?**

Đối với những người có da mẫn cảm với hóa chất thì rất dễ bị dị ứng, mẫn ngứa khi tiếp xúc với thuốc, ngay cả với lượng rất nhỏ, để tránh việc này có thể xảy ra, nên có các biện pháp che phủ đồ đạc, quần áo, chần màn cẩn thận trước khi phun. Khăn mặt, khăn tắm cần được thu lại hoặc giặt kỹ trước khi sử dụng. Đặc biệt, đồ dùng của trẻ sơ sinh và trẻ nhỏ nên được mang ra ngoài trước khi phun thuốc.

**Câu hỏi 18: Khi phun thuốc, mọi người có phải ra ngoài hết không và sau bao lâu thì có thể trở lại nhà?**

Thông thường sau khoảng 30 - 45 phút kể từ khi kết thúc việc phun thuốc, người lớn có thể trở lại nhà sinh hoạt bình thường. Với trẻ sơ sinh và trẻ nhỏ (dưới 6 tuổi) nên để sau 1 - 2 tiếng hoặc sau hăm 1 buổi (sáng phun thì chiều có thể về).

**Câu hỏi 19: Trước và sau khi phun thuốc, có cần dọn dẹp gì không?**

Cần cất đồ ăn, đồ uống vào tủ, dọn dẹp và che phủ các vật dụng khác như giường, bàn ghế, đồ dùng, bể cá,...trước khi phun nhằm đảm bảo an toàn và vệ sinh sạch sẽ.

Sau khi phun xong, nếu cần thiết, quý khách hàng có thể lau lại mặt sàn giáp chân tường và rửa lại các vật dụng cần thiết trong gia đình.

**Câu hỏi 20: Phun hóa chất diệt muỗi SXH như thế nào? Vì sao y tế chỉ phun theo đợt mà không phun thường xuyên?**

Tổ chức Y tế Thế giới (WHO) đã khuyến cáo chỉ phun hóa chất diệt muỗi để xử lý ổ dịch hoặc tại khu vực nguy cơ xảy ra dịch nhằm tránh hiện tượng kháng hóa chất và bảo vệ môi trường. Phun hóa chất chỉ diệt được đàn muỗi trưởng thành và có tác dụng trong khoảng 3-5 ngày.

Vì vậy để diệt muỗi triệt để, cộng đồng nên tuân thủ các biện pháp diệt lăng quăng/ bọ gậy, diệt muỗi mà ngành y tế đã khuyến cáo.

**Câu hỏi 20: Những điểm nào người dân cần lưu ý trước khi phun hóa chất trong nhà?**

Cần che đậy, thu dọn thực phẩm, nước uống. Đóng cửa sổ khi phun trong nhà.

Ra khỏi nhà, tránh tiếp xúc trực tiếp hóa chất. Người trong gia đình chỉ vào nhà sau 60 phút kể từ khi phun hóa chất.