

## BÀI VIẾT TUYÊN TRUYỀN VỀ DỊCH SỐT XUẤT HUYẾT

Dịch sốt xuất huyết (SXH) đã và đang hoành hành ở nhiều nơi trên cả nước và diễn biến hết sức phức tạp. Để giúp toàn thể phụ huynh hiểu thêm về bệnh SXH cũng như mức độ nguy hiểm của dịch bệnh này và biết cách phòng tránh cho trẻ và mọi người trong gia đình. Trường mầm non Hoà Bình xin gửi đến những thông tin tuyên truyền về cách phòng, chống bệnh sốt xuất huyết.

**SỐT XUẤT HUYẾT**

*Những Điều Cần Biết*

- Sốt cao ngay từ đầu (39 độ trở lên)**
- Buồn nôn /buồn ói**
- Đau bụng**
- Xuất huyết tiêu hoá**
- Đi cầu phân đen**

**Dấu hiệu bệnh**

- Không thể thực hiện các hoạt động hàng ngày như chơi đùa, xem TV, đọc sách báo...**
- Chảy máu răng**
- Chảy máu mũi ói ra máu**
- Mệt mỏi, vật vã**

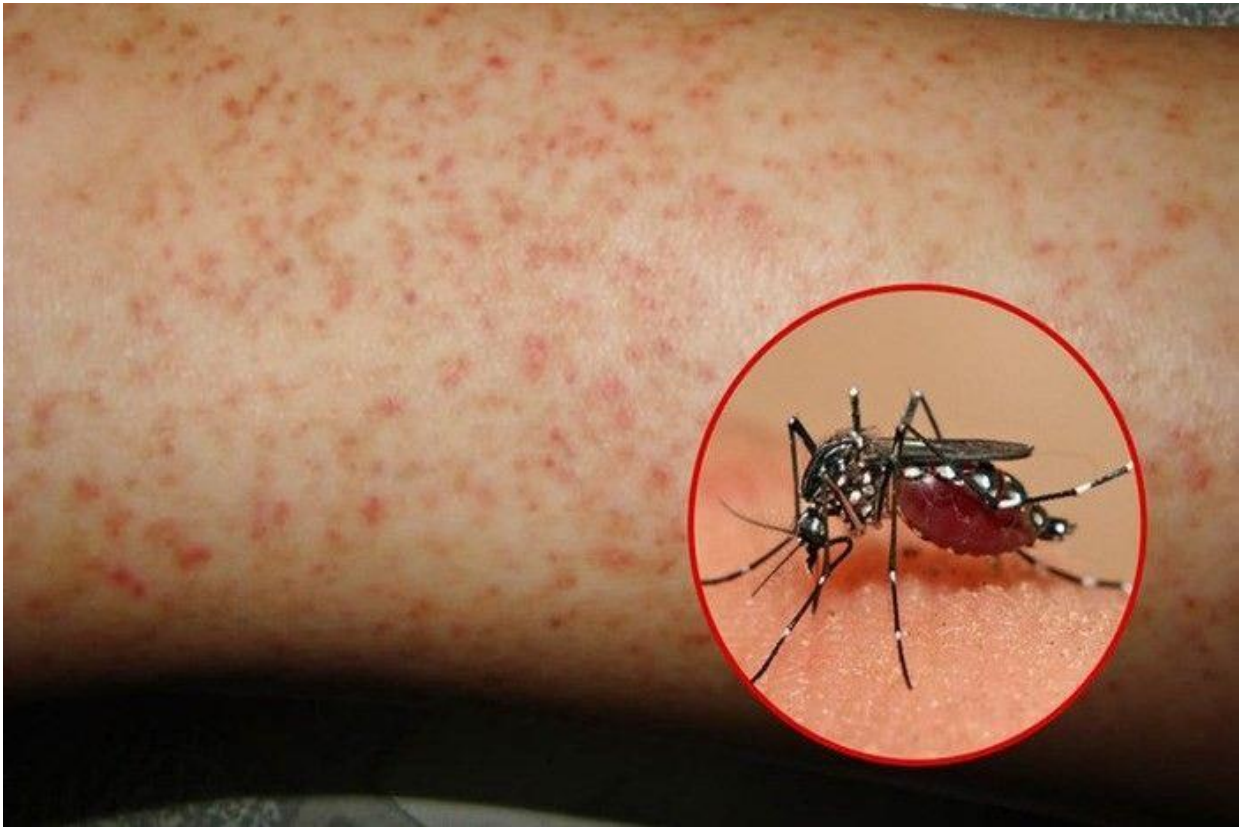
[www.hoichuthapdohanoi.vn](http://www.hoichuthapdohanoi.vn)

### 1. Bệnh sốt xuất huyết là gì?

Sốt xuất huyết Dengue là bệnh truyền nhiễm do virus Dengue gây nên. Virus truyền từ người bệnh sang người lành do muỗi đốt. Muỗi Aedes Aegypti là côn trùng trung gian truyền bệnh chủ yếu. Bệnh xảy ra quanh năm, thường gia tăng vào mùa mưa. Bệnh gặp ở cả trẻ em và người lớn. Đặc điểm của sốt xuất huyết Dengue là sốt, xuất huyết và thoát huyết tương, có thể dẫn đến sốc giảm thể tích tuần hoàn,

rối loạn đông máu, suy tạng, nếu không được chẩn đoán sớm và xử trí kịp thời dễ dẫn đến tử vong.

## 2. 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.

### 3. 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 sũa chua, máng thoát nước

mưa bị tác...Muỗi vẫn phát triển mạnh vào mùa mưa, khi nhiệt độ trung bình hàng tháng vượt trên 20° C.

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

##### \* **Sốt xuất huyết thể nhẹ:**

- Sốt cao đột ngột trên 38°C, kéo dài 2-7 ngày.
- Đau dữ dội vùng trán và đau sau nhãn cầu.
- Có thể có dấu hiệu xuất huyết dưới da.
- Không kèm theo ho và sổ mũi.

##### \* **Sốt xuất huyết thể nặng** (giống như thể nhẹ và kèm theo các dấu hiệu):

- Dấu hiệu xuất huyết: chấm xuất huyết ngoài da, chảy máu chân răng, vết bầm chỗ tiêm, nôn ra máu, đi ngoài phân đen,...
- Đau bụng, chân tay lạnh, vật vã, hốt hoảng,...

## Không chủ quan với **SỐT XUẤT HUYẾT**



**NHỮNG TRIỆU CHỨNG ĐẦU TIÊN**

- Sốt cao đột ngột >39°C
- Đau đầu dữ dội
- Đau sau hố mắt
- Đau cơ
- Khớp
- Buồn nôn, nôn
- Sưng hạch

Sau khi bị muỗi mang virus đốt → 4-5 ngày

Tối đa 12 ngày

**NHỮNG LƯU Ý ĐỐI VỚI NGƯỜI MẮC SỐT XUẤT HUYẾT**

- Giảm sốt vào ngày thứ 4 mắc bệnh là thời điểm nguy hiểm nhất vì có thể xuất hiện các biến chứng nặng
- Không dùng thuốc aspirin và ibuprofen khi nghi ngờ mắc bệnh. Thuốc làm cho người bệnh bị chảy máu, xuất huyết
- Có thể dùng thuốc giảm đau Paracetamol dạng đơn độc
- Có thể điều trị tại nhà. Với những trường hợp mắc nhẹ, theo sự hướng dẫn của bác sĩ
- Khám và điều trị tại bệnh viện. Khi biểu hiện bệnh nặng, có dấu hiệu xuất huyết

Nguồn: : Cục Y tế dự phòng, Tổng cục Thống kê

<http://infographics.vn>

© **TTXVN**  
Vietnam News Agency

#### 5. Điều trị sốt xuất huyết

- Hiện nay chưa có thuốc điều trị đặc hiệu của bệnh sốt xuất huyết. Việc sử dụng thuốc người bệnh cần được bác sĩ thăm khám và chỉ định cụ thể

không tự ý mua thuốc về uống. Các thuốc hạ sốt như Ibuprofen, Aspirin tuyệt đối không được dùng, vì rất có hại trong bệnh nhân bị sốt xuất huyết. Chỉ nên dùng thuốc hạ sốt có thành phần Paracetamol đơn chất, tổng liều không quá 60 mg/kg cân nặng trong 24 giờ.

- Khi sốt, bệnh nhân dễ bị mất nước, cùng với triệu chứng mệt mỏi, kém ăn, kém uống làm cho bệnh nhân dễ thiếu nước thêm, vì vậy người bệnh nên chú ý bổ sung thật nhiều nước. Lượng nước dùng đối với trẻ dưới 5 tuổi khoảng 500 - 1.500ml trong ngày, trẻ trên 5 tuổi và người lớn khoảng 2.000 - 2.500ml trong ngày.

- Không nên uống những loại nước có màu đỏ, nâu, đen hoặc có gas như: nước trái cây sậm màu, nước củ dền, dưa hấu vì sẽ khó nhận biết giữa chảy máu ở dạ dày có màu nâu đỏ và nước trái cây khi người bệnh bị có nôn.

- Bệnh nhân nên ăn lỏng, dễ tiêu như cơm nhão, cháo, súp. Tránh ăn những thức ăn quá nhiều dầu mỡ sẽ thấy đầy bụng khó tiêu.

- Bệnh nhân cần tái khám hàng ngày, tuân thủ thực hiện các lời dặn của bác sĩ, không nên tự ý ngừng tái khám, vì có những trường hợp bệnh nhân hết sốt là biểu hiện của bệnh sốt xuất huyết đang trở nặng.

#### **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

#### **6. Cách phòng bệnh sốt xuất huyết:**

- 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.

## CHỦ ĐỘNG PHÒNG CHỐNG Sốt xuất huyết

*Cách phòng bệnh sốt xuất huyết tốt nhất là diệt muỗi, bọ gậy, phòng chống muỗi đốt và giữ vệ sinh nhà ở cũng như môi trường xung quanh.*



**PHÓ HIỆU TRƯỞNG**

**Phạm Thị Xuân**

