

CÁCH PHÒNG, CHỐNG BỆNH RUBELLA

Thời tiết giao mùa khiến dịch bệnh truyền nhiễm dễ phát triển. Đây cũng là thời điểm vào mùa của các dịch bệnh.

Rubella là một trong những bệnh nguy hiểm, nhất là khi thành dịch bệnh, là bệnh truyền nhiễm cấp tính do virus gây ra. Bệnh lây theo đường hô hấp qua các giọt bắn dịch tiết từ đường hô hấp của người mắc bệnh hoặc cũng có thể qua tiếp xúc trực tiếp. Mọi người đều có thể bị mắc rubella và dễ lây lan thành dịch, đặc biệt ở trẻ em chưa được tiêm phòng rubella đầy đủ.

Để chủ động phòng, chống bệnh mỗi chúng ta trang bị cho mình và người thân những kiến thức, các biện pháp để phòng bệnh hữu hiệu bệnh.

1. Nguyên nhân gây bệnh rubella

Virus rubella được xem là virus Paramyxoviridae trên cơ sở dịch tễ học, do cách truyền bệnh qua niêm mạc đường hô hấp. Virus rubella chỉ có một type kháng nguyên ngưng kết hồng cầu nằm trong các gai bề mặt.

Ở người nhạy cảm:

Bị lây truyền từ những giọt nước bọt có chứa virus rubella vào đường mũi họng, nhân bản ở đường hô hấp và phân bố theo đường máu. Viremia (virus huyết) được phát hiện kéo dài trong 8 ngày trước đó và tồn tại 2 ngày sau phát ban. Sự đào thải virus qua họng miệng tồn tại 8 ngày sau khi khởi phát các triệu chứng.

Rubella bẩm sinh:

- Do sự lây truyền qua nhau thai từ người mẹ bị nhiễm sang thai nhi. Virus có thể tồn tại ở bào thai trong khi mang thai và có thể đào thải trong vòng 6 – 31 tháng sau sinh.

- Rubella là một tác nhân gây dị tật bẩm sinh. Theo nhiều nghiên cứu: 80% bé bị rubella bẩm sinh nếu mẹ bị nhiễm trong 12 tuần lễ đầu mang thai. Khoảng 54% bé bị rubella bẩm sinh nếu mẹ bị nhiễm lúc thai 13 -14 tuần. Khoảng 25% bé bị rubella bẩm sinh lúc thai ở cuối tam cá nguyệt thứ 2 (tuần thứ 13 đến 26).

2. Nhận biết sớm rubella

Có hai dạng: bệnh rubella mắc phải và hội chứng rubella bẩm sinh.

+ Đối với bệnh rubella mắc phải

- Virus nhiễm vào người qua niêm mạc đường hô hấp trên, nhân lên ở biểu mô hô hấp và biểu mô hạch cổ. Thời gian ủ bệnh từ 16-18 ngày, có biểu hiện mệt mỏi, sốt nhẹ và phát ban dạng sởi cùng lúc. Đặc biệt có hạch dưới cằm và sau tai. Ban phát ít khi kéo dài hơn 3 ngày.

Người lớn, đặc biệt là phụ nữ thường bị đau cơ thoáng qua và viêm khớp do phức hợp kháng nguyên - kháng thể. Biểu chứng xuất huyết giảm tiểu cầu, viêm não ít gặp.

+ *Hội chứng rubella bẩm sinh (CRS)*

- Là hậu quả của tình trạng nhiễm rubella từ trong bụng mẹ được truyền qua nhau thai. Trẻ sơ sinh khi đẻ ra đã có ban hoặc trong vòng 48 giờ sau sinh, xuất hiện gan lách to, vàng da. Thể xuất huyết do giảm tiểu cầu chiếm khoảng 1/3000 trường hợp. Có thể chảy máu cam, xuất huyết tiêu hóa, chảy máu rốn ở trẻ sơ sinh.

Diễn tiến bệnh rubella: 3 giai đoạn

- *Thời kỳ ủ bệnh*: 12 – 23 ngày sau khi tiếp xúc với nguồn lây. Người bệnh đã nhiễm virus, chưa có biểu hiện bệnh.

- *Thời kỳ phát bệnh*: có 3 biểu hiện chính: sốt, phát ban, nổi hạch.

Biện pháp hữu hiệu nhất là tiêm phòng vaccine rubella để phòng bệnh.

+ Sốt nhẹ 38 độ C, nhức đầu, mệt mỏi, đau họng, chảy mũi trong, đôi khi mắt bị đỏ, thường xuất hiện 1- 4 ngày. Sau khi phát ban thì sốt giảm.

+ Bệnh nhân nổi hạch ở vùng xương chẩm, bẹn, cổ, sờ hơi đau. Hạch thường nổi trước phát ban, tồn tại vài ngày sau khi ban bay hết.

+ Phát ban: Đây là dấu hiệu làm người ta để ý tới. ban mọc lúc đầu ở trên đầu, mặt, rồi mọc khắp toàn thân, thường không tuân tự như sởi. Nốt ban có hình tròn hay bầu dục, đường kính khoảng 1 – 2 mm, các nốt có thể hợp thành từng mảng hay đứng riêng lẻ. Trong vòng 24 giờ ban mọc khắp người.

+ Đau khớp: Bệnh lui thường hết sốt, ban bay nhanh không theo quy luật, không để lại dấu vết trên da, hạch trở về bình thường muộn hơn thường sau 1 tuần.

- *Thời kỳ lui bệnh*: Triệu chứng kéo dài 3 – 4 ngày rồi tự hết. Đau khớp có thể kéo dài lâu hơn.

3. Phòng ngừa bệnh rubella

- Biện pháp hữu hiệu nhất là tiêm phòng vaccine. Đối với trẻ em tiêm phòng vaccine một mũi sau 15 tháng tuổi, tiêm mũi 2 cách mũi một khoảng 6-10 tháng hoặc tiêm vào lúc trẻ được 4-6 tuổi.

- Thường xuyên vệ sinh đường mũi, họng, mắt hàng ngày.

- Không dùng chung vật dụng cá nhân như khăn mặt, bàn chải, cốc, chén, bát, đĩa...

- Khử trùng và vệ sinh thông khí: Thường xuyên mở cửa sổ, cửa chính để ánh nắng chiếu vào và đảm bảo thông thoáng khí cho nhà ở, phòng học, nơi làm việc.

- Hạn chế tiếp xúc với người mắc/nghi mắc bệnh. Khi tiếp xúc với người bệnh phải đeo khẩu trang y tế và các trang bị phòng hộ cá nhân.

- Phụ nữ có thai tuyệt đối không tiếp xúc với người mắc bệnh rubella. Nếu phụ nữ có thai không may đã mắc hoặc đã tiếp xúc với người mắc rubella, nên đi khám ngay tại chuyên khoa truyền nhiễm và chuyên khoa phụ sản.

- Thông báo cho cơ sở y tế khi có biểu hiện mắc bệnh để được khám, điều trị và hướng dẫn cách ly y tế kịp thời.

Nguồn: Y tế trường học