

CÚM MÙA

Bệnh cúm mùa là gì ?



Cúm mùa là một bệnh nhiễm trùng hô hấp cấp tính do virus cúm gây nên, tác nhân gây bệnh chủ yếu: Virus cúm A(H3N2); Virus cúm A (H1N1); Cúm B; Cúm C



Bệnh lây qua đường hô hấp, qua các giọt nhỏ nước bọt hay qua dịch tiết mũi họng do hắt hơi, ho khạc



TRIỆU CHỨNG CÚM

1



HỌ
chiếm
43%

2



ĐAU ĐẦU
chiếm
59%

3



ĐAU HỌNG
chiếm
35%

4



SỔ MŨI
chiếm
67%

5



SỐT
chiếm
75%

6



MỎI CƠ
chiếm
51%



CHỦ ĐỘNG PHÒNG CHỐNG BỆNH CÚM

Bệnh cúm

Thông thường diễn biến nhẹ



Hồi phục từ 2-7 ngày



Đối với trẻ em, người già, người có bệnh
mãn tính về tim, phổi, thận...,
bệnh có thể diễn biến nặng hơn,
dễ bị biến chứng, có thể dẫn đến tử vong



7

TRIỆU CHỨNG NGHIÊM TRỌNG CỦA BỆNH CÚM



Sốt và/hoặc ho thuyên giảm rồi quay trở lại



Có thể đã bị nhiễm trùng thứ cấp
của bệnh viêm phổi do vi khuẩn

Khó thở



Có thể là dấu hiệu của viêm phế
quản hoặc viêm phổi

Đau ngực



Điều này cũng có thể do thiếu oxy

Lú lẫn, chóng mặt, suy nhược hoặc choáng váng



Là những dấu hiệu cho thấy lượng
oxy có thể quá thấp

Không đi tiểu hoặc đi tiểu rất ít



Có thể là dấu hiệu cho cơ thể đang bị
mất nước nghiêm trọng

Đau cơ nghiêm trọng



Dấu hiệu cho thấy cơ thể đang
chống lại bệnh tật

Bảo đảm vệ sinh cá nhân,
che miệng khi hắt hơi



Khi có triệu chứng ho, sốt,
sổ mũi... cần đến ngay
cơ sở y tế



Thường xuyên rửa tay
với xà phòng và nước sạch



Vệ sinh mũi, họng
hàng ngày
bằng nước muối

CÁCH PHÒNG BỆNH

Sử dụng thuốc kháng virus
(như Tamiflu) phải theo
chỉ định của thầy thuốc



Hạn chế tiếp xúc với
người bệnh/người nghi ngờ
mắc bệnh



Giữ ấm cơ thể

Tiêm phòng vắc xin
cúm mùa



Ăn uống đủ chất

VẮC XIN CÚM



Vắc xin phòng cúm mùa có thể tiêm cho trẻ từ 6 tháng tuổi. Lịch tiêm như sau:

• Trẻ từ 6 tháng – 9 tuổi chưa từng tiêm vắc-xin cúm:

- Tiêm 2 mũi cách nhau tối thiểu 1 tháng.
- Sau đó tiêm nhắc lại hàng năm.

• Trẻ trên 9 tuổi và người lớn:

- Tiêm 1 mũi 0.5ml
- Sau đó tiêm nhắc lại hàng năm.