

## TUYÊN TRUYỀN PHÒNG BỆNH THỦY ĐẬU

Cha mẹ biết không, thời tiết thay đổi thất thường, từ nóng chuyển sang lạnh, từ nắng chuyển sang mưa sẽ làm ảnh hưởng đến sức khoẻ, đặc biệt là ở trẻ em khi sức đề kháng của các con còn non yếu. Vậy cha mẹ cần làm gì để phòng bệnh thủy đậu cho trẻ khi thời tiết giao mùa?

### 1. Bệnh thủy đậu là gì?

- Bệnh thủy đậu còn gọi là phỏng rạ là bệnh truyền nhiễm cấp tính do vi rút gây nên. Bệnh thủy đậu do một loại siêu vi mang tên Valicella Rota vi rút gây nên, thủy đậu là một bệnh rất dễ lây truyền. Khi một người mang vi rút thủy đậu nói, hắt hơi hoặc ho thì các vi rút đó theo nước bọt, nước mũi bắn ra ngoài không khí người khác hít phải bệnh đó sẽ lây bệnh ngay.

- Bệnh gặp ở mọi lứa tuổi nhưng thường gặp nhất là trẻ em.
- Bệnh xảy ra mọi lứa tuổi, nhưng trẻ em là đối tượng dễ mắc nhất.
- Đây là bệnh lành tính nhưng có thể gây biến chứng nguy hiểm, thậm chí tử vong.

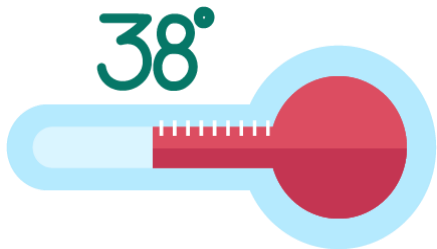
Phụ nữ có thai mắc bệnh có thể gây sảy thai hoặc để lại dị tật thai nhi.

- Tiêm vac xin là biện pháp phòng bệnh thủy đậu hiệu quả nhất.

### 2. Triệu chứng và dấu hiệu của bệnh:

- Thủy đậu ủ bệnh từ 12-14 ngày trước khi phát ban.
- Biểu hiện của bệnh:

1



Cơ thể có dấu hiệu sốt nhẹ từ 37-38°C, đau đầu, đau cơ, mệt mỏi, chán ăn.

2



Nốt thủy đậu đỏ xuất hiện trong khoảng 12-24 giờ và lan khắp cơ thể.

3



Dịch trong nốt thủy đậu hoá đục trong 24 giờ.

4



Bệnh kéo dài từ 4-5 ngày, xuất hiện 100-500 nốt rạ.



Bệnh lây lan với tốc độ chóng mặt và nặng hơn đối với trẻ dưới 5 tuổi. Bệnh ở trẻ em cũng thường kéo dài hơn từ 5-10 ngày.

### 3. Lây nhiễm:

Vi rút thủy đậu có tính lây nhiễm cao, dễ dàng lan truyền qua đường không khí, chủ yếu từ da đến đường hô hấp và kết mạc, thông qua 2 đường chính:



**Trực tiếp:** Tiếp xúc với mụn nước hay dịch hầu họng (dịch từ khoang miệng) của người bệnh



**Gián tiếp:** Tiếp xúc thông qua không khí khi hít phải chất dịch chứa vi rút do người bệnh ho hoặc hắt hơi.

**BẠN CÓ BIẾT**

- Bất kỳ ai cũng có nguy cơ bị nhiễm thủy đậu. Đặc biệt, khả năng lan truyền vi rút cho những người dễ mắc bệnh khác trong một gia đình cao tới 87%.
- Thủy đậu có khả năng lây nhiễm cao trong cộng đồng: tỷ lệ lây nhiễm gián tiếp khi ở cùng một môi trường là 70%.
- Trong vòng 1-2 ngày ủ bệnh, khi cơ thể chưa xuất hiện mụn nước cho đến khi các vết phỏng đã đóng vảy (thường là 5 ngày), bệnh nhân vẫn có khả năng lây nhiễm cho người khác.

### 4. Các việc cần làm khi trẻ mắc bệnh thủy đậu:

- Đưa trẻ đến nơi cơ sở y tế để được khám và tư vấn. Dùng thuốc cho trẻ theo hướng dẫn của cán bộ y tế.
- Cách ly trẻ trong phòng riêng thoáng mát, sạch sẽ ánh nắng mặt trời.
- Vệ sinh hàng ngày bằng nước muối loãng và dung dịch sát khuẩn.
- Giữ vệ sinh da để phòng nhiễm trùng.
- Tắm rửa cho trẻ bằng nước ấm và xà phòng, thay quần áo cho trẻ hàng ngày. Không chà sát mạnh lên da trẻ khi tắm để tránh vỡ mụn nước, mặc quần áo mềm, thấm mồ hôi.
- Ăn thức mềm, lỏng, dễ tiêu hóa đầy đủ chất, cho trẻ uống đầy đủ nước đặc biệt là nước hoa quả nâng cao sức đề kháng.
- Nên cách ly người bệnh từ 5-7 ngày để tránh lây lan. Không tự ý đắp các loại lá, hoặc uống một số loại thuốc dân gian.

## 5. Phòng bệnh:

Trung tâm Kiểm soát và Phòng ngừa bệnh tật (CDC) và Hội Y học Dự phòng Việt Nam khuyến cáo: Tiêm vắc xin ngừa thủy đậu là cách phòng bệnh đơn giản và hiệu quả hiện nay. Đặc biệt, 1 tuổi là lúc cơ thể trẻ sẵn sàng để tiếp nhận vắc xin sống giảm động lực như vắc xin ngừa thủy đậu.



*Ngoài ra, để hạn chế mắc thủy đậu bạn cần:*



Hạn chế tiếp xúc với người bệnh



Vệ sinh cơ thể với xà phòng diệt khuẩn, giữ vệ sinh phòng nhóm, trường, lớp thông thoáng



Ăn uống đầy đủ dưỡng chất, tập luyện nhẹ nhàng để tăng cường sức đề kháng

Qua bài tuyên truyền này, mong tất cả cán bộ giáo viên nhân viên và phụ huynh trường Mầm non Vinh Quang nắm rõ sự nguy hiểm của bệnh thủy đậu. Từ đó tự biết cách bảo vệ, chăm sóc bản thân, những người trong gia đình và những người xung quanh./.