

BÀI TUYÊN TRUYỀN VỀ BỆNH ĐAU MẮT ĐỎ, HIỆN TƯỢNG VÀ CÁCH PHÒNG BỆNH

Theo thông tin từ Bệnh viện Mắt Hải Phòng, hiện nay bệnh đau mắt đỏ đang lây lan và bùng phát mạnh, trong đó chủ yếu bị viêm kết giác mạc cấp, dễ gây biến chứng nguy hiểm.



Tại Bệnh viện Mắt Hải Phòng, từ ngày 01/9/2023 đến hết ngày 06/09/2023, tỷ lệ đau mắt đỏ chiếm 35,8 % tổng số ca đến khám vì viêm kết mạc (66 ca đau mắt đỏ/184 ca viêm kết mạc) và đang có xu hướng gia tăng.

Theo đánh giá của lãnh đạo bệnh viện Mắt Hải Phòng, trong tháng 7 và 8, bệnh viện đã ghi nhận 750 ca đau mắt đỏ. Phía các phòng khám chuyên khoa Mắt trên địa bàn cũng ghi nhận số bệnh nhân mắc đau mắt đỏ tăng. Tuy nhiên, khác với mọi năm, tình trạng đau mắt đỏ năm nay chủ yếu là viêm kết giác mạc cấp, nặng hơn và dễ biến chứng nguy hiểm.

Theo bác sĩ Lê Hồng Sơn, Phó Giám đốc BV Mắt Hải Phòng, bệnh đau mắt đỏ thường xuất hiện vào mùa Hè và Thu và trẻ em mắc nhiều hơn. Điều này cũng dễ hiểu bởi nguy cơ lây nhiễm từ các bạn học trong lớp khi dùng chung đồ và ngồi sát nhau hơn, ý thức phòng ngừa bệnh kém hơn. Do đó, việc tuyên truyền và hướng dẫn cho người dân, đặc biệt với trẻ em hiểu được đường lây của bệnh để nâng cao kỹ năng phòng ngừa cần được đẩy mạnh.

Vậy Bệnh đau mắt đỏ là gì? Đường lây bệnh và các phương pháp phòng - điều trị bệnh như thế nào? Chúng ta cùng xem các thông tin sau để biết cách phòng tránh và điều trị thích hợp nhé.

Các biện pháp phòng bệnh ĐAU MẮT ĐỎ:

- **1** Thường xuyên rửa tay bằng xà phòng, sử dụng nước sạch
- **2** Không đưa tay lên dụi mắt, mũi, miệng
- **3** Không dùng chung vật dụng cá nhân như: lọ thuốc nhỏ mắt, khăn mặt, kính mắt, khẩu trang...
- **4** Vệ sinh mắt, mũi, họng hàng ngày bằng nước muối sinh lý, các thuốc nhỏ mắt, nhỏ mũi thông thường
- **5** Sử dụng xà phòng hoặc các chất sát khuẩn thông thường sát trùng các đồ dùng, vật dụng của người bệnh
- **6** Hạn chế tiếp xúc với người bệnh hoặc nghi bị bệnh đau mắt đỏ
- **7** Người bệnh, người nghi bị bệnh đau mắt đỏ cần hạn chế tiếp xúc với người khác
- **8** Người có các dấu hiệu đau mắt đỏ cần đến cơ sở y tế để được khám, tư vấn, điều trị kịp thời, không tự ý điều trị khi chưa có hướng dẫn của cán bộ y tế để tránh biến chứng nặng.

Nguồn tham khảo: Cục Y tế dự phòng

**HCDC**
TRUNG TÂM KIỂM SOÁT BỆNH TẬT TP. HCM

1. Định nghĩa đau mắt đỏ

Bệnh đau mắt đỏ (viêm kết mạc) là tình trạng viêm hoặc nhiễm trùng màng trong suốt (Kết mạc) lót mí mắt và che phủ phần trắng của nhãn cầu. Khi các mạch máu nhỏ trong kết mạc bị viêm, chúng sẽ hiện rõ hơn. Đây là nguyên nhân khiến long trắng của mắt bạn có màu đỏ hoặc hồng. Đau mắt đỏ có 65%-90% nguyên nhân là do virus Adenovirus.

Bệnh rất dễ trở thành dịch và khả năng lây lan do tiếp xúc trực tiếp với người bị bệnh qua nhiều đường như hô hấp, nước bọt, qua tay, qua cầm nắm chạm vào những đồ vật, đồ dùng cá nhân của người bệnh như mắt kính, khăn mặt, chậu rửa mặt, nút bấm thang máy,...

Thời tiết nắng nóng chuyển qua mưa, độ ẩm không khí tăng cao, môi trường nhiều khói bụi, điều kiện vệ sinh kém, sử dụng nguồn nước ô nhiễm, là điều kiện thuận lợi cho bệnh phát triển và bùng phát thành dịch.

2. Triệu chứng đau mắt đỏ do virus:

Thời gian từ khi từ khi bị nhiễm đến khi phát bệnh là 3 ngày. Với các triệu chứng:

- Đỏ mắt, ngứa rát cộm mắt.
- Nhạy cảm với ánh sáng, dễ bị chói mắt.
- Chảy nước mắt, nhiều ghèn, ghèn bám dính chặt hai mi mắt nhất là lúc mới ngủ dậy.
- Khó nhìn nhưng thị lực không giảm.
- Đỏ mắt, vùng mi mắt hơi sưng nề.
- Ngoài ra còn có thể bị sốt nhẹ, nổi hạch ở tai, dưới hàm gây đau, họng đỏ, amidal sưng to.

3. Phòng ngừa bệnh đau mắt đỏ:

Để phòng ngừa bệnh viêm kết mạc cần giữ gìn vệ sinh cá nhân. Ngay cả khi đã bị bệnh, việc thực hiện vệ sinh tốt cũng sẽ giúp mau khỏi và không lây truyền cho người xung quanh. Cần lưu ý:

- Thường xuyên rửa tay bằng xà phòng, nước sạch
- Không đưa tay lên dụi mắt, mũi, miệng
- Không dùng chung vật dụng cá nhân như lọ thuốc nhỏ mắt, khăn mặt, kính mắt, khẩu trang...
- Vệ sinh mắt, mũi, họng hằng ngày bằng nước muối sinh lý, các thuốc nhỏ mắt, nhỏ mũi thông thường
- Sử dụng xà phòng hoặc các chất sát khuẩn thông thường sát trùng các đồ dùng, vật dụng của người bệnh
- Hạn chế tiếp xúc với người bệnh hoặc nghi ngờ bị bệnh đau mắt đỏ
- Người bệnh, người nghi bị bệnh đau mắt đỏ cần hạn chế tiếp xúc với người khác
- Người có dấu hiệu đau mắt đỏ cần đến cơ sở y tế để được khám, tư vấn, điều trị kịp thời, không tự ý điều trị khi chưa có hướng dẫn của cán bộ y tế để tránh biến chứng nặng.

4. Phương pháp điều trị và khi nào thì cần gặp bác sĩ:

Cần đi khám ngay nếu thấy bất kỳ dấu hiệu hoặc triệu chứng nào của bệnh. Viêm kết mạc rất dễ lây trong vòng hai tuần sau khi triệu chứng đầu tiên xuất hiện nên chữa trị sớm không chỉ giúp mau khỏi mà còn bảo vệ những người xung quanh khỏi nhiễm bệnh. Tuyệt đối không nên tự ý chữa trị ở nhà vì có khả năng sẽ mắc các bệnh về mắt khác có cùng triệu chứng nhưng nghiêm trọng và khó điều trị hơn.

- Khi mắc bệnh yêu cầu người bệnh đến các cơ sở y tế chuyên khoa về mắt khám chữa theo sự chỉ dẫn của bác sĩ.

- Tăng cường tập thể dục, dinh dưỡng và các vitamin C có trong hoa quả để tăng sức đề kháng

- Người bệnh cần thường xuyên rửa mắt bằng nước muối sinh lý, tra thuốc mắt theo chỉ định bác sĩ.

- Không tra vào mắt lành thuốc nhỏ của mắt đang bị nhiễm khuẩn.

- Lau rửa dịch gỉ mắt 2 lần một ngày bằng khăn giấy hoặc khăn cotton ẩm, sau đó bỏ vào thùng rác.

- Nếu bị sưng nề thì có thể chườm lạnh.

- Giặt ga giường, vỏ gối, khăn tắm trong nước tẩy và ẩm.

- Những trường hợp khi mắc bệnh nên chú ý để tránh để lây lan ra những người xung quanh: đeo kính, không dùng chung các vật dụng sinh hoạt, hạn chế đến nơi đông người.

Bài viết : BGH nhà trường