

PHÒNG CHỐNG DỊCH BỆNH MÙA HÈ CHO TRẺ

Với đặc điểm nóng, ẩm của mùa hè là điều kiện thuận lợi để bùng phát một số bệnh như: tiêu chảy, sốt vius, mắt đỏ, quai bị... Đặc biệt là đối với trẻ em khi hệ miễn dịch chưa hoàn thiện, sức đề kháng kém. Vì vậy, chúng ta nên biết một số cách phòng bệnh cơ bản sau:

1. Bệnh tiêu chảy

Bệnh tiêu chảy là một bệnh truyền nhiễm lây lan qua đường tiêu hóa, do vi khuẩn gây nên. Đây là một bệnh thường gặp ở trẻ nhỏ, đa số trường hợp mắc bệnh hồi phục tốt nếu được chăm sóc đúng cách, ngược lại bệnh có thể gây nhiều biến chứng nguy hiểm như mất nước, rối loạn điện giải, suy dinh dưỡng thậm chí tử vong.

*** Nguyên nhân gây tiêu chảy**

Do mất cân bằng giữa vi khuẩn có lợi và vi khuẩn có hại trong đường ruột, các vi khuẩn có hại xâm nhập vào đường ruột, chúng sinh sôi nảy nở rất nhanh và lấn áp vi khuẩn có lợi, tiết ra độc tố gây tiêu chảy.

*** Cách điều trị**

- Bổ sung lượng nước cần thiết như ORESOL.
- Tuyệt đối không được nhịn ăn “để ruột nghỉ ngơi”. Điều này hết sức sai lầm và hết sức nguy hiểm. Thực tế cho dù bị tiêu chảy nhưng cơ thể vẫn có khả năng hấp thu 70 % chất dinh dưỡng. Nếu ăn tốt sẽ giúp quá trình lành bệnh diễn ra nhanh hơn.

*** Cách phòng bệnh**

Vệ sinh cá nhân, vệ sinh môi trường

- Rửa tay bằng xà phòng trước khi ăn và sau khi đi vệ sinh.
- Đối với gia đình có bệnh nhân tiêu chảy cấp cần rắc vôi bột hoặc cloramin B sau mỗi lần đi tiêu.
- Tránh tập trung ăn uống nơi đông người; Hạn chế vào vùng đang có dịch.

An toàn vệ sinh thực phẩm

- Mọi người, mọi nhà đều thực hiện ăn chín uống sôi.
- Không ăn rau sống, không uống nước lã.
- Không ăn các thức ăn dễ bị nhiễm khuẩn đặc biệt là mắm tôm sống, hải sản tươi sống, gỏi cá, tiết canh, nem chua...

Bảo vệ nguồn nước và dùng nước sạch:

- Nguồn nước sạch phải được đảm bảo vệ sinh, sạch sẽ.
- Tất cả nước ăn uống đều phải được sát khuẩn bằng hóa chất cloramin B.
- Cấm đổ chất thải, nước giặt, rửa đồ dùng của người bệnh xuống ao, hồ, sông, giếng. Cấm vứt súc vật chết và xác xuống ao, hồ, sông, giếng.

Khi có tiêu chảy cấp: Khi gia đình có người bị tiêu chảy cấp, phải nhanh chóng báo ngay cho cơ sở y tế gần nhất để được khám và điều trị kịp thời.

2. Bệnh quai bị

* **Nguyên nhân:** Quai bị là bệnh truyền nhiễm cấp tính, do một loại siêu vi gây ra. Thường gặp ở tuyến nước bọt mang tai, đôi khi có thể viêm ở tuyến nước bọt dưới lưỡi hoặc tuyến dưới hàm trên.

* **Đường lây:** Bệnh lây qua đường hô hấp và đường ăn uống, khi người mang mầm bệnh hắt hơi, ho và tiếp xúc trực tiếp với mầm bệnh.

* **Biến chứng:** Bệnh quai bị nếu không được điều trị kịp thời có thể để lại nhiều biến chứng quan trọng như: viêm tinh hoàn và mào tinh hoàn, có thể gây vô sinh; nhồi máu phổi, viêm buồng trứng, viêm tụy, tổn thương thần kinh.

* **Phòng bệnh quai bị:**

- Cách ly người bị nhiễm bệnh: đeo khẩu trang, che miệng khi hắt hơi, hạn chế tiếp xúc, tụ tập nơi đông người...

- Vệ sinh sạch sẽ thân thể, rửa tay bằng xà phòng liefboy, giữ vệ sinh tốt môi trường xung quanh.

- Tiêm Vắc xin phòng quai bị.

Trên đây là một số thông tin cơ bản về nguyên nhân và cách phòng bệnh tiêu chảy và bệnh quai bị, rất mong các bậc phụ huynh biết được và có thể chăm sóc con được tốt hơn.