

BÀI TUYÊN TRUYỀN VỀ CÁCH PHÒNG BỆNH ĐAU MẮT ĐỎ

Bệnh đau mắt đỏ còn gọi là viêm kết mạc là tình trạng nhiễm trùng mắt, xảy ra ở mọi lứa tuổi và thường gia tăng khi thời tiết chuyển mùa. Bệnh thường khởi phát đột ngột, lúc đầu ở một mắt sau lây sang mắt kia. Bệnh đau mắt đỏ dễ lây lan ra cộng đồng qua đường hô hấp hay tiếp xúc trực tiếp hoặc gián tiếp với dịch từ mắt của người bệnh.

1. BỆNH ĐAU MẮT ĐỎ LÀ GÌ ?



- ✓ Đau mắt đỏ hay còn gọi là bệnh viêm kết mạc là bệnh truyền nhiễm cấp tính do vi rút hoặc vi khuẩn gây ra.
- ✓ Bệnh xảy ra quanh năm, phát triển mạnh từ mùa hè đến cuối thu.
- ✓ Bệnh có thể gặp ở mọi lứa tuổi, dễ lây lan trong cộng đồng và phát triển thành dịch.

2

2. BỆNH LÂY TRUYỀN NHƯ THẾ NÀO?

Bệnh đau mắt đỏ lây truyền qua:

- ✓ Tiếp xúc trực tiếp với người bệnh như: nói chuyện, ôm hôn, bắt tay...



- ✓ Tiếp xúc trực tiếp với các vật dụng nhiễm mầm bệnh như: khăn mặt, chậu rửa mặt, gối, tay nắm cửa, nút bấm cầu thang, điện thoại, đồ chơi...
- ✓ Sử dụng nguồn nước bị nhiễm mầm bệnh như: ao, hồ, bể bơi.
- ✓ Thói quen hay dụi mắt, sờ tay vào mũi, miệng làm tăng nguy cơ nhiễm bệnh.



3

3. BỆNH CÓ BIỂU HIỆN NHƯ THẾ NÀO?



- ✓ Mắt ngứa, cộm như có cát trong mắt;
- ✓ Mắt đỏ;
- ✓ Mắt có nhiều dử/ghèn;
- ✓ Mi mắt sưng nề, mọng, đau nhức, chảy nước mắt;
- ✓ Có thể kèm theo các biểu hiện khác như: mệt mỏi, sốt nhẹ, đau họng, ho, nổi hạch ở sau tai.

Bệnh thường diễn biến lành tính, ít để lại di chứng. Tuy nhiên, nếu không được điều trị kịp thời có thể gây biến chứng ảnh hưởng

4

1. Nguyên nhân của bệnh đau mắt đỏ:

- Đau mắt đỏ có 65%-90% nguyên nhân là do virus.
- 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
- 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.
- **Công sở, lớp học**, nơi công cộng là những môi trường khiến bệnh lây lan nhanh và nhiều. Bệnh đau mắt đỏ không lây khi nhìn nhau.

2. Triệu chứng

- Có cảm giác cộm, xốn, đau, nóng, ngứa hay nặng mi, sợ ánh sáng và chảy nước mắt, mắt đỏ ghèn nhầy có thể gây dính mi, nhất là lúc thức dậy vào buổi sáng.
- Chất tiết ghèn có thể là mủ trắng sữa, vàng nhạt hoặc xanh nhạt; đặc hoặc lỏng; sau khi lau sẽ xuất hiện lại rất nhanh.
- Trẻ quấy khóc, khó chịu.
- Kết mạc mắt mắt tím trong bóng bình thường, sung huyết, sung phù đỏ. Khi bệnh nặng, có thể kết mạc nhãn cầu bị phù nề ra ngoài hoặc sung phù hai mí mắt trên, dưới.
- Bệnh thường xảy ra ở một bên mắt, vài ngày sau lan sang mắt còn lại, cũng có thể ở hai mắt cùng một lúc.
- Thị lực không giảm khi viêm kết mạc đơn thuần. Nếu xuất tiết tập trung ở giác mạc và chảy nước mắt, bệnh nhi có cảm giác sương mù.
- Mắt đau và sợ ánh sáng.
- Có thể nổi hạch trước tai.

3. Để chủ động phòng, chống bệnh đau mắt đỏ, chúng ta cần thực hiện:

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 HƯỚNG DẪN VÀ TUYÊN TRUYỀN

MỘT SỐ CÁCH PHÒNG TRÁNH LẦY LAN BỆNH ĐAU MẮT ĐỎ

NGƯỜI KHÔNG BỊ BỆNH	NGƯỜI BỊ BỆNH
	
 Không đưa tay lên dụi mắt, mũi, miệng	 Đến cơ sở y tế để khám, điều trị kịp thời
 Vệ sinh mắt, mũi, họng hàng ngày bằng nước muối sinh lý	 Không tự điều trị tại nhà khi không có hướng dẫn của bác sĩ
 Rửa tay bằng xà phòng, dung dịch sát khuẩn	 Hạn chế đến những nơi công cộng
 Hạn chế tiếp xúc với người bệnh, nghi mắc bệnh	 Không dùng chung vật dụng cá nhân
 Không dùng chung vật dụng cá nhân	

Nhân Dân

4. Điều trị:

- Vệ sinh mắt bằng nước muối sinh lý thường xuyên.
- Đeo kính râm để giảm triệu chứng chói mắt, bảo vệ mắt khỏi bụi bẩn, nhiễm khuẩn.
- Không chế dung day dụi mắt, sờ mắt.
- Chú ý nghỉ ngơi, dinh dưỡng hợp lý để tăng cường sức đề kháng và giúp mắt mau phục hồi.
- Có thể sử dụng thuốc nhỏ mắt có chứa kháng sinh và kháng viêm để phòng ngừa bội nhiễm cho mắt và hạn chế những triệu chứng khó chịu của bệnh theo chỉ định của bác sỹ.

Trên đây là bài tuyên truyền về cách phòng bệnh đau mắt đỏ của trường Mầm non Vinh Quang. Nhà trường đề nghị các nhóm, lớp chủ động triển khai các biện pháp phòng chống lây lan bệnh đau mắt đỏ. Khi phát hiện trẻ có các triệu chứng sốt nhẹ, mệt mỏi, đau họng, có ghèn dính mí khó mở mắt, nổi hạch trước tai hoặc dưới hàm... cần hướng dẫn phụ huynh đưa trẻ đi khám. Trường hợp phát hiện có trẻ đau mắt đỏ tại lớp học cần sử dụng xà phòng hoặc các chất sát khuẩn thông thường để sát trùng đồ dùng, bàn ghế học sinh. Thông tin ca bệnh cho trạm y tế để phối hợp xử lý. Đồng thời đẩy mạnh tuyên truyền phòng bệnh đau mắt đỏ đến phụ huynh, học sinh, giáo viên, nhân viên nhà trường.