

BÀI TUYÊN TRUYỀN PHÒNG CHỐNG DỊCH CÚM A

Hiện nay tình hình miền Bắc bắt đầu chuyển sang mùa Đông – Xuân, là thời điểm giao mùa, thời tiết thay đổi liên tục, độ ẩm không khí cao, tạo điều kiện cho các mầm bệnh phát triển và lây lan, làm tăng nguy cơ mắc các bệnh như cúm, sởi, tay chân miệng, sốt xuất huyết.

Trong tuần vừa qua nhiều trường hợp trẻ em mắc bệnh cúm. Do trẻ em có sức đề kháng kém nên rất dễ mắc bệnh cúm. Điều này cho thấy thời tiết như hiện tại thì bệnh cúm có khả năng lây lan và bùng phát rất cao. Nhằm đảm bảo sức khỏe cho người dân cũng như phòng chống bệnh cúm chúng ta cần biết:

Bệnh cúm là gì?

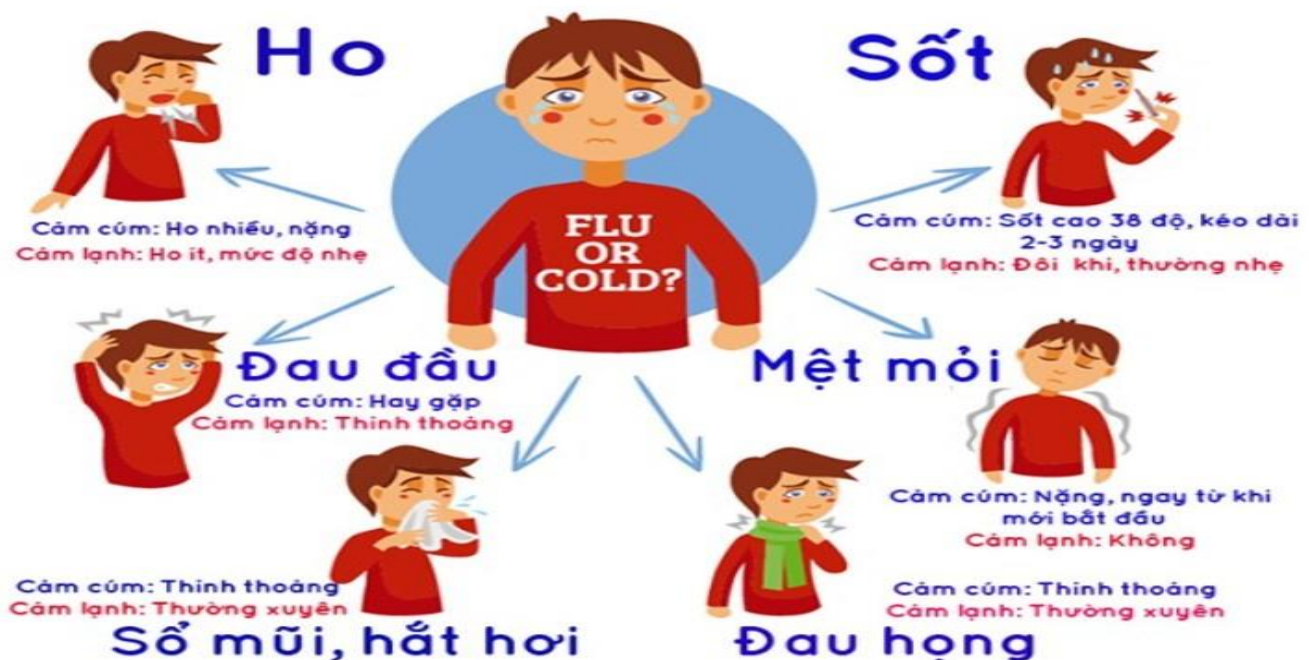
Bệnh cúm là bệnh nhiễm trùng đường hô hấp cấp tính do vi rút cúm gây ra. Bệnh có khả năng lây nhiễm cao từ người sang người, có khả năng gây thành đại dịch và biến chứng hô hấp có thể gây tử vong.

Cơ chế lây bệnh?

Bệnh lây qua đường hô hấp do tiếp xúc với vi rút từ người bệnh thông qua dịch hắt hơi, sổ mũi trong thời gian từ 1 đến 7 ngày sau khi khởi phát bệnh.

Dấu hiệu của bệnh cúm là gì?

- Sốt (trên 38 độ) ;
- Đau đầu, đau cơ, mệt mỏi ;
- Hắt hơi, chảy nước mắt, nước mũi ;
- Ho (ho khan hoặc ho có đờm), đau họng ;
- Một số người có biểu hiện nôn, buồn nôn...
- Trường hợp nặng: bệnh có thể diễn biến gây viêm phổi, suy hô hấp ...và có thể dẫn đến tử vong.



Để chủ động phòng chống cúm A, bảo vệ sức khỏe của bản thân, gia đình và cộng đồng, nghiêm túc thực hiện các biện pháp chủ động phòng chống cúm A cụ thể như sau:

1. Thường xuyên rửa tay với xà phòng. Thực hiện tốt vệ sinh cá nhân, nơi ở thông thoáng.

2. Tiêm vắc xin cúm A để tăng cường miễn dịch phòng chống cúm A.

3. Đảm bảo vệ sinh cá nhân, che miệng khi hắt hơi; thường xuyên rửa tay với xà phòng với nước sạch; vệ sinh mũi, họng hàng ngày bằng nước muối.

4. Giữ ấm cơ thể, ăn uống đủ chất dinh dưỡng để nâng cao thể trạng.

5. Hạn chế tiếp xúc với bệnh nhân cúm hoặc các trường hợp nghi ngờ mắc bệnh khi không cần thiết; Sử dụng khẩu trang y tế khi cần thiết.

6. Không tự ý mua thuốc và sử dụng thuốc kháng vi rút (như thuốc Tamiflu) mà cần phải theo chỉ định, hướng dẫn của thầy thuốc.

7. Người trở về từ quốc gia có dịch bệnh phải áp dụng các biện pháp phòng bệnh, khai báo tình trạng sức khỏe cho cơ quan y tế địa phương để được theo dõi sức khỏe.

8. Khi có biểu hiện cúm như sốt, ho, đau ngực, khó thở cần đến ngay cơ sở y tế để được tư vấn, khám và điều trị kịp th

Tác giả: Nguyễn Thị Thu Hà