

Tràng An, ngày 06 tháng 4 năm 2025

BÀI TUYÊN TRUYỀN PHÒNG CHỐNG BỆNH THỦY ĐẬU

Hiện nay bệnh Thủy đậu bắt đầu xuất hiện và ngày càng tăng nhanh tại các khu vực dân cư đông đúc như nhà trẻ, mẫu giáo, trường học.

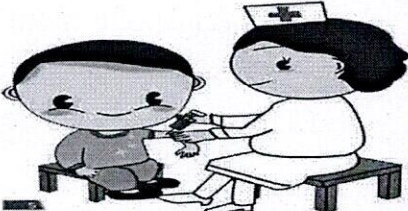
Để chủ động phòng tránh dịch bệnh và có thêm kiến thức hiểu rõ, nhận thức rõ bệnh Thủy đậu là gì, biểu hiện của bệnh ra sao, cách điều trị và phòng tránh như thế nào...thì Trường Mầm Non Tràng An tuyên truyền tới CBGVNV và phụ huynh có thêm kiến thức, kỹ năng phòng tránh căn bệnh này.

Bệnh thủy đậu là gì:

Bệnh thủy đậu là bệnh nhiễm virus cấp tính, với triệu chứng sốt nhẹ, phát ban. Ban mọc nhiều đợt trên cùng một vùng da nên có thể thấy chúng ở nhiều lứa tuổi khác nhau từ nốt sần, bóng nước trong, bóng nước đục đến nốt vảy.

PHÒNG BỆNH THỦY ĐẬU BẰNG CÁCH NÀO?

- Tiêm vắc xin là biện pháp phòng bệnh hiệu quả nhất.
- Lịch tiêm:
 - Từ 12 tháng tuổi đến 12 tuổi: Tiêm 1 mũi càng sớm càng tốt.
 - Từ 13 tuổi trở lên: Tiêm 2 mũi cách nhau ít nhất 4 đến 8 tuần.
- Lưu ý: Phụ nữ có kế hoạch sinh con cần tiêm 2 mũi thủy đậu trước khi có thai ít nhất 3 tháng.



- Mọi người, đặc biệt là phụ nữ có thai cần hạn chế tiếp xúc với người mắc bệnh và nghi ngờ mắc bệnh thủy đậu.
- Khí phải tiếp xúc với người bệnh cần đeo khẩu trang, găng tay.
- Rửa tay thường xuyên bằng xà phòng và nước sạch, đặc biệt là sau khi tiếp xúc với người bệnh hoặc đồ dùng của người bệnh.



- Che miệng, mũi bằng khăn giấy hoặc khăn tay khi ho, hắt hơi.
- Vệ sinh mũi họng bằng nước muối sinh lý.
- Sử dụng riêng các đồ dùng sinh hoạt: khăn, bát, cốc, chén, bát, đĩa...
- Khử trùng đồ chơi, đồ dùng của trẻ; vệ sinh nhà cửa, trường học bằng dung dịch sát khuẩn thông thường.
- Tránh tập trung nơi đông người trong khi đang có dịch thủy đậu.



TRUNG TÂM TRUYỀN THÔNG GIÁO DỤC SỨC KHỎE TRUNG ƯƠNG

NHỮNG ĐIỀU CẦN BIẾT VỀ BỆNH THỦY ĐẬU



Hà Nội, 2018

BỆNH THỦY ĐẬU LÀ GÌ?

- Bệnh thủy đậu (còn gọi là phỏng rạ hay trái rạ) là bệnh truyền nhiễm cấp tính do vi rút gây nên.
- Bệnh xảy ra ở 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 đẻ lại dị tật cho thai nhi.
- Tiêm vắc xin là biện pháp phòng bệnh thủy đậu hiệu quả nhất.

NGƯỜI MẮC BỆNH THỦY ĐẬU CÓ NHỮNG BIỂU HIỆN GÌ?

- Sốt nhẹ, mệt mỏi, đau đầu.
- Các nốt đỏ xuất hiện rải rác trên da, gây ngứa, đến triển nhanh thành bóng nước.
- Nếu bị nhiễm trùng bóng nước sẽ to, có mủ, lâu khô và có thể tạo thành sẹo.



BỆNH THỦY ĐẬU LẤY TRUYỀN NHƯ THẾ NÀO?

- Lấy qua đường hô hấp do hít phải những giọt nước bọt, nước mũi của người bệnh bắn ra khi nói chuyện, ho, hắt hơi, chảy nước mũi...



- Lấy qua tiếp xúc với đồ vật, dụng cụ (khăn, cốc, bát, tay vịn cầu thang...) bị nhiễm vi rút hoặc qua tiếp xúc trực tiếp với bóng nước bị vỡ.
- Lấy truyền từ mẹ sang con qua nhau thai và trong khi đẻ.



CẦN LÀM GÌ KHI TRẺ MẮC BỆNH THỦY ĐẬU?

- Đưa trẻ đến 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, có ánh sáng mặt trời. Vệ sinh mũi, họng hàng ngày bằng nước muối loãng hoặc 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 làm vỡ mụn nước.
- Mặc quần áo bằng vải mềm, thấm mồ hôi.
- Ăn thức ăn mềm, lỏng, dễ tiêu hóa, đủ chất.
- Cho trẻ uống nhiều nước đặc biệt là nước hoa quả.
- Không nên kiêng nước, kiêng gió; không đắp các loại lá cây lên nốt mụn.

2. Tác nhân gây bệnh:

Virus thủy đậu là tác nhân gây bệnh thủy đậu ở trẻ em và bệnh zona ở người lớn nên có tên là virus thủy đậu – zona. Virus sống được vài ngày trong vảy thủy đậu tung vào không khí. Virus rất dễ chết bởi các thuốc sát khuẩn thường dùng.

I. NGUYÊN NHÂN GÂY BỆNH?

- Thủy đậu là bệnh gây ra do virus varicella Zoster, bệnh rất dễ lây cho những người không có miễn dịch với nó.
- Bệnh lây do tiếp xúc trực tiếp với phát ban hoặc qua những bụi nước có chứa virus gây bệnh khi người bệnh ho hoặc hắt hơi.
- Bệnh gặp ở mọi lứa tuổi nhưng thường gặp nhất ở trẻ em. Bệnh xảy ra ở người lớn nặng hơn trẻ em.
- Bệnh có thể rải rác hoặc bùng phát thành các vùng dịch lớn nhô ở nơi đông dân cư.



3. Đặc điểm dịch tễ:

Bệnh xảy ra ở mọi lứa tuổi, mọi người có thể mắc bệnh thủy đậu. 90% trẻ dưới 15 tuổi có thể mắc bệnh đặc biệt là độ tuổi học mầm non, tiểu học. Bệnh thường xuất hiện vào mùa đông và mùa đông – xuân.

4. Phương thức lây truyền:

Lây từ người sang người bằng tiếp xúc trực tiếp, lây qua không khí từ các giọt nhỏ dịch tiết đường hô hấp hoặc chất dịch của nốt phỏng hoặc niêm mạc. Bệnh rất dễ lây nhiễm.

- Triệu chứng thường xuất hiện từ 14-16 ngày sau lần tiếp xúc đầu tiên với người bệnh.

- Biểu hiện của bệnh.

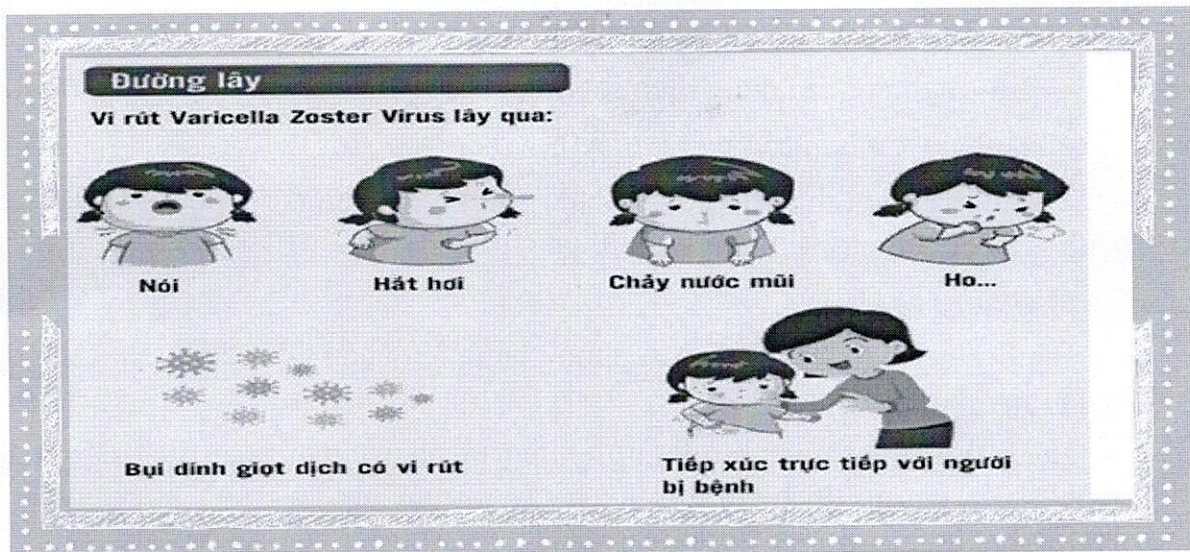
+ Sốt nhẹ từ 1-2 ngày.

+ Cảm giác mệt mỏi, chán ăn, đau mỗi người và toàn thân phát ban.

+ Ban thủy đậu thường dưới dạng những chấm đỏ lúc đầu sau đó phát triển thành các mụn nước .

+ Đầu tiên ban mọc ở đầu, mặt, cổ, thân người và các chi.

+ Ban thủy đậu thường rất ngứa.



5. Biến chứng của thủy đậu

- Biến chứng của bệnh thủy đậu rất là nhiều, mặc dù đây là một bệnh lành tính, không có triệu chứng nặng nề ngoài những hồng ban mụn nước lan tràn. Tuy nhiên, bệnh có thể có những biến chứng rất quan trọng.
- Biến chứng nhẹ của bệnh là nhiễm trùng da nơi mụn nước, nặng hơn vi trùng có thể xâm nhập từ mụn nước vào máu gây nhiễm trùng huyết. Các biến chứng nặng như viêm phổi, viêm não, viêm tiểu não... là các biến chứng có thể nguy hiểm đến tính mạng, hay để lại di chứng sau này.
- Đặc biệt, thậm chí sau khi bệnh nhân đã khỏi bệnh, virus thủy đậu vẫn còn tồn tại trong các hạch thần kinh dưới dạng bất hoạt (ngủ đông).
- Phụ nữ mang thai nếu mắc bệnh thủy đậu sẽ rất nguy hiểm vì sẽ dễ bị biến chứng nặng, đặc biệt là viêm phổi. Phụ nữ mang thai bị thủy đậu ở 3 tháng đầu của thai kỳ, virus sẽ gây sảy thai, hay khi sinh ra trẻ sẽ bị thủy đậu bẩm sinh với nhiều dị tật như đầu nhỏ, co gồng tay, chân, trẻ bị bại não, sẹo bẩm sinh...
- Còn nếu trẻ bị trong những ngày mới sinh bệnh sẽ rất nặng với mụn nước nổi rất nhiều và dễ bị biến chứng viêm phổi.

6. Các biện pháp phòng, chống dịch:

a) Chăm sóc

- Cách ly trẻ mắc bệnh tại nhà, không cho trẻ đến trường.
- Chống nhiễm khuẩn, hạ sốt.
- Tại chỗ: Nốt đậu dập vỡ nên chấm dung dịch xanh methylen; Su bạc.
- Nên cách ly người bệnh 5 đến 7 ngày để tránh lây lan.
- Luôn mặc quần áo thoáng mát, tránh nước và gió cho người bệnh...
- Vệ sinh cá nhân sạch sẽ. Khử khuẩn toàn bộ bề mặt nhà ở, ngâm các đồ dùng, đồ chơi bằng Cloramin B, cốc, bát đĩa được trùng qua nước sôi và sấy khô trước khi sử dụng.
- Ăn uống đủ chất, uống nhiều nước trong ngày.

- Chú ý cắt ngắn móng tay, giữ sạch tay.
- Tắm rửa bằng các dung dịch sát khuẩn.
- Tránh cọ xát làm các bóng nước bị vỡ.
- Nếu phát hiện thấy trẻ có dấu hiệu bệnh tiến triển nặng phải chuyển trẻ đến bệnh viện để điều trị kịp thời tránh biến chứng xảy ra.

b) Phòng bệnh

Bệnh Thủy đậu đã có vắc xin phòng bệnh. Vậy nên tiêm chủng là cách phòng bệnh thủy đậu tốt nhất.

Bệnh thủy đậu tuy nhẹ nhưng chúng ta phải chăm sóc, điều trị tốt để đề phòng biến chứng do bệnh thủy đậu gây ra như nhiễm trùng nốt phỏng, viêm phổi, viêm màng não ...

III. CÁCH PHÒNG BỆNH.

- Nên cách ly người bệnh 5 đến 7 ngày để tránh lây lan.
- Chú ý cắt ngắn móng tay, giữ sạch tay, vệ sinh cá nhân sạch sẽ.
- Ăn uống đủ chất, uống nhiều nước trong ngày.
- Tiêm phòng vacin chống thủy đậu.

Bệnh thủy đậu tuy nhẹ nhưng chúng ta phải chăm sóc, điều trị tốt để đề phòng biến chứng do bệnh thủy đậu gây ra như nhiễm trùng nốt phỏng, viêm phổi, viêm màng não ...




c) Biện pháp chống dịch

- Cách ly trẻ mắc thủy đậu ở nhà trong 10 ngày. Trẻ tiếp xúc với người bị thủy đậu cần cách ly 11 – 21 ngày kể từ ngày tiếp xúc. Người lớn mắc bệnh không được đi làm, tránh tiếp xúc với người khác.
- Vệ sinh cá nhân, rửa tay bằng xà phòng ;
- Đeo khẩu trang cho người bệnh và người lành khi tiếp xúc;
- Sát khuẩn tẩy uế đồ vật bị nhiễm dịch tiết từ mũi họng.
- Tuyên truyền cho các giáo viên về công tác phòng bệnh Thủy đậu



Trên đây là bài tuyên truyền về cách nhận biết, phòng và chống bệnh Thủy đậu gửi đến cán bộ giáo viên, nhân viên và phụ huynh học sinh trường MN Tràng An.

P. HIỆU TRƯỞNG

Đỗ Thị Chính

Nhân viên Y tế


Nguyễn Thị Anh