**UBND HUYỆN GIA LÂM**

**TRƯỜNG MẦM NON ÁNH DƯƠNG**

**BÀI TUYÊN TRUYỀN BÊNH SỐT XUẤT HUYẾT**

**1. Thế nào là bệnh [Sốt xuất huyết](https://medlatec.vn/tin-tuc/dau-hieu-sot-xuat-huyet-nguyen-nhan-va-cach-dieu-tri-s195-n18731" \o "Sốt xuất huyết)?**

**Sốt xuất huyết** do virus Dengue gây ra là một dạng bệnh truyền nhiễm cấp tính. Virus này thường lây truyền qua vật chủ trung gian là muỗi vằn.

Sốt xuất huyết ở mức độ nhẹ thường có các biểu hiện như đau cơ khớp, nổi phát ban trên da, sốt cao. Các triệu chứng gặp phải có thể nghiêm trọng hơn khi bệnh diễn biến nặng như chảy máu, đột ngột tụt huyết áp, thậm chí có thể gây tử vong.

Virus gây sốt xuất huyết bao gồm 4 chủng loại, lần lượt là DEN-1, DEN-2, DEN-3 và DEN-4. Một người có thể bị nhiễm bệnh khi bị muỗi vằn cái (có chứa virus dengue) đốt lên da. Sốt xuất huyết có thời gian ủ bệnh kéo dài từ 8 - 11 ngày tùy từng trường hợp.

Khi muỗi đốt lên da, nếu là người lành thì virus sẽ thâm nhập vào máu. Ngược lại, nếu người bị đốt đã nhiễm virus trước đó thì virus sẽ được truyền sang muỗi. Thông thường, một người sau khi được điều trị khỏi sốt xuất huyết thì hệ miễn dịch sẽ có khả năng chống lại loại virus đã gây bệnh. Tuy nhiên, người đó vẫn có thể mắc phải bệnh sốt xuất huyết do 3 chủng loại còn lại.

**Bệnh sốt xuất huyết ở trẻ em** thường gặp hơn so với người lớn là bởi trẻ nhỏ có sức đề kháng yếu.

**2. Bệnh có biểu hiện như thế nào?**

*2.1. Giai đoạn sốt*

Đây chính là giai đoạn đầu tiên khi bệnh bắt đầu khởi phát. Ở giai đoạn này, trẻ nhiễm bệnh sẽ gặp hiện tượng trán nóng ran, sốt cao (từ 39 - 40 độ C) trong 2 - 5 ngày đầu.

*2.2. Giai đoạn nguy hiểm*

Vào ngày thứ 3 - 7 của quá trình nhiễm bệnh được xem là giai đoạn nguy hiểm hơn cả. Người bệnh lúc này có thể đã hạ sốt, tuy nhiên lại bắt đầu có dấu hiệu tăng tính thấm thành mạch gây ra các biểu hiện thoát huyết tương.

Các triệu chứng nghiêm trọng khác có thể gặp phải khi mắc bệnh sốt xuất huyết như: nề mi mắt, sưng đau gan, tràn dịch màng bụng, màng phổi hay mô kẽ.

Các biểu hiện sốc có thể xuất hiện khi người bệnh bị thoát huyết tương, bao gồm:

- Bứt rứt, vật vã, lờ đờ, mệt mỏi.

- Da lạnh ẩm, đầu chi lạnh.

- Mạch nhanh nhỏ.

- [Huyết áp](https://medlatec.vn/tin-tuc/chi-so-do-huyet-ap-binh-thuong-o-nguoi-khoe-manh-la-bao-nhieu-s195-n18343" \o "Huyết áp) kẹt hoặc huyết áp tâm trương tăng/ tâm thu giảm.

- Tụt huyết áp hoặc không đo được huyết áp người bệnh.

- Ít đi tiểu.

- Xuất huyết nhiều dưới da hoặc xuất huyết nội tạng.

- Đau bụng.

- Hay khát nước.

- Chướng bụng do thoát huyết tương.

 Cần đặc biệt lưu ý đến các biểu hiện của trẻ bị sốt xuất huyết

### *2.3. Giai đoạn phục hồi*

Sau giai đoạn nguy hiểm từ 48 - 72 giờ, **bệnh sốt xuất huyết ở trẻ em**sẽ bắt đầu có những dấu hiệu phục hồi. Cơ thể trẻ sẽ được cải thiện và phục hồi dần với những biểu hiện như đi tiểu nhiều hơn, có cảm giác thèm ăn và huyết áp ổn định hơn.

## 3. Hướng dẫn chăm sóc và điều trị bệnh sốt xuất huyết ở trẻ em

Để có thể giúp trẻ nhanh chóng khỏi bệnh, phục hồi sức khỏe, đồng thời hạn chế tối đa nguy cơ xảy ra biến chứng, cha mẹ cần lưu ý thực hiện những điều sau:

**\*Hạ sốt cho trẻ đúng cách**

Khi thấy trẻ sốt cao (trên >38.5 độ C) mẹ nên cho trẻ uống thuốc hạ sốt Paracetamol (liều chỉ định 10 - 15mg/kg). Nếu sau 4 - 6 giờ vẫn sốt thì tiếp tục cho trẻ uống.

Bên cạnh việc dùng thuốc thì cha mẹ cũng cần thường xuyên giúp trẻ hạ nhiệt cơ thể bằng cách chườm khăn ấm ở trán, nách bẹn. Điều này giúp tránh tình trạng sốt cao gây co giật rất nguy hiểm.

**\*Có chế độ dinh dưỡng hợp lý**

Trẻ khi bị sốt xuất huyết cơ thể [mệt mỏi](https://medlatec.vn/tin-tuc/met-moi-moi-ngay--trieu-chung-khong-the-xem-thuong-s195-n19178" \o "mệt mỏi) nên thường sẽ chán ăn. Vì vậy, tốt nhất mẹ nên cho con ăn những món yêu thích nhưng vẫn đảm bảo cung cấp đủ hàm lượng dinh dưỡng cần thiết. Có thể chia thành các bữa ăn nhỏ để trẻ dễ ăn hơn.

**\*Tăng cường bổ sung nước**

Mất nước là điều khó tránh khỏi khi trẻ bị sốt xuất huyết thường xuyên trong tình trạng thân nhiệt cao. Do đó, trẻ cần được bổ sung thêm nước, có thể cho trẻ uống nước trái cây, nước lọc hoặc dung dịch oresol bù điện giải đều được.

**4. Cách phòng tránh**

Về phòng bệnh: cần cho trẻ mặc quần áo dài tay, ngủ mùng cả ban đêm lẫn ban ngày, không để trẻ nơi thiếu ánh sáng, ẩm thấp để tránh muỗi đốt, thoa thuốc chống muỗi lên những vùng da lộ ra ngoài để bảo vệ trẻ mọi lúc, cả ngày lẫn đêm. Đậy kín các lu, hủ, bể chứa nước, không tạo điều kiện cho muỗi phát triển.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **TM. Ban giám hiệu**  **Nguyễn Thị Vinh Hiển** | **Người sưu tầm**  **Ngô Thị Thúy Hằng** |  |  |