**BÀI TUYÊN TRUYỀN**

**Phòng chống các dịch bệnh thường gặp trong trường học**

***Kính thưa các thầy cô giáo, các bậc phụ huynh và các con học sinh thân mến!***

Hàng năm cứ đến độ giao mùa thời tiết thay đổi nên rất nhiều dịch bệnh nguy hiểm thường hay xuất hiện trên khắp cả nước đặc biệt trong trường học nơi tập trung đông người sẽ có nhiều nguy cơ tiềm ẩn dịch bệnh, nếu không kiểm soát sớm sẽ dễ bùng phát thành dịch lớn ảnh hưởng đến sức khoẻ của các con học sinh. Các dịch bệnh hay gặp trong trường học: bệnh Sốt xuất huyết Denger, bệnh Tay- chân- miệng, bệnh Thuỷ Đậu, bệnh Cúm mùa, bệnh Covid-19, bệnh đau mắt đỏ… Để phòng tránh các bệnh trên, chúng ta cần chú ý một số vấn đề sau:

**1. Nguyên nhân gây bệnh:**

Đa số nguyên nhân của các bệnh trên là do virus, do đặc tính sinh sản, phát triển nhanh của virus khi ký sinh trên nhiều cơ quan, bộ phận của người bệnh: máu, đường hô hấp, da, mắt… nên rất dễ lây lan thành dịch lớn.

**2. Đường lây bệnh: Đường lây rất đa dạng**

- Lây qua đường hô hấp, qua giọt bắn, dùng chung vật dụng cá nhân như khăn mặt, chậu rửa, bàn chải đánh răng

- Lây qua đường máu: muỗi đốt…

- Lây qua da: qua dịch tiết ở da: bệnh thuỷ đậu, bệnh tay- chân- miệng

**3. Triệu chứng**:

Tuỳ từng bệnh mà có triệu chứng đặc trưng riêng nhưng các biểu hiện chung của bệnh truyền nhiễm như sau:

- Sốt: sốt do virus thường cao 39 – 40 độ

- Các biểu hiện viêm long đường hô hấp: ho, hắt hơi, sổ mũi, chảy nước mũi.

- Các biểu hiện trên da: nốt phỏng ở bệnh thuỷ đậu, ban đỏ đậm ở bệnh Sốt xuất huyết, niêm mạc mắt đỏ ở bệnh đau mắt đỏ…

- Mất nước và rối loạn điện giải nếu không bù nước và xử trí kịp thời.

**4. Cách phòng bệnh**:

* **Đối với những trẻ đã nhiễm bệnh**:

**+** Chủ động cho trẻ đi khám chuyên khoa để có thuốc, cách chăm sóc hỗ trợ kịp thời cho trẻ, cách ly trẻ tại nhà trong thời gian bị bệnh.

**+** Quan tâm theo dõi chặt chẽ các triệu chứng, nhiệt độ, sắc mặt của trẻ và báo ngay cho bác sỹ điều trị.

**+** Tăng cường sức đề kháng cho trẻ bằng cách tăng cường dinh dưỡng và bổ sung đa vi chất vitamin đầy đủ các nhóm thực phẩm trong ăn uống hàng ngày. Ăn chín, uống sôi, thức ăn ấm nóng để đảm bảo chất lượng thức ăn.

**+** Vệ sinh cá nhân sạch sẽ đặc biệt là vệ sinh tay-chân-miệng bằng xà phòng và không cho tay lên mắt-mũi-miệng, quần áo thay hàng ngày giặt bằng xà phòng, dùng riêng đồ dùng cá nhân của trẻ bị bệnh.

+ Phòng ở của bệnh nhân đảm bảo thoáng, trao đổi khí tốt nhất có thể.

**+** Khi trẻ đi ra ngoài cần đeo khẩu trang để tránh lây lan bệnh dịch cho mọi người.

* **Đối với những trẻ chưa mắc bệnh**:

**+** Cần ưu tiên việc vệ sinh răng miệng hàng ngày thật tốt để đảm bảo loại trừ virus, vi khuẩn ở đường hô hấp.

**+** Giữ ấm đường hô hấp tuyệt đối cho đến khi hết mùa dịch và đến khi trẻ hoàn chỉnh về hệ miễn dịch. Đặc biệt khi thay đổi thời tiết cần giữ ấm cho trẻ tránh lơ là, chủ quan việc giữu ấm dẫn đến việc trẻ dễ bị các bệnh đường hô hấp tấn công.

+ Đeo khẩu trang trên đường đi và đến trường học, trong lớp học nếu có thông báo dịch tại trường, lớp.

**+** Dinh dưỡng tăng cường đầy đủ vitamin và khoáng chất, ăn đủ 3 bữa/ngày để luôn đảm bảo có năng lượng vui chơi, học tập cho cả ngày.

* **Vệ sinh môi trường phòng chống dịch bệnh**:

Phát quang bụi rậm, phun thuốc diệt muỗi ít nhất 2 lần/năm. Ngoài ra phun cloramin B khử khuẩn khi có dịch xảy ra, các khu vực nhà ăn, nhà thể chất, các phòng học, phòng chức năng cần được khử khuẩn hàng ngày bằng các hoá chất tẩy rửa thông thường. Khơi thông hệ thống cống rãnh và xử lý bằng hoá chất định kỳ để không cho muỗi, gián và các côn trùng sinh sống.

* **Tiêm vaccin phòng bệnh**: hiện nay các bệnh truyền nhiễm đa số là chưa có thuốc điều trị đặc hiệu, chỉ có thuốc hỗ trợ điều trị triệu chứng và vaccin phòng bệnh. Vậy nên đối với các bệnh đã có vaccin phòng ngừa: Cúm, thuỷ đậu… các bậc phụ huynh nên cho con em mình tiêm phòng đầy đủ để yên tâm phòng dịch bệnh hàng năm.

Trên đây là bài tuyên truyền về cách phòng chống các dịch bệnh thường gặp trong trường học của trường THCS Phú Thị . Rất mong các quý thầy cô giáo, các bậc phụ huynh và các con học sinh quan tâm và bình tĩnh phòng chống dịch, không để dịch bệnh bùng phát ở trường học.

Xin chân thành cảm ơn! Hẹn gặp lại ở các bài tuyên truyền lần sau.

* Nguồn ST- NVYT