**DỊCH CÚM A BÙNG PHÁT: NHẬN BIẾT, PHÒNG TRÁNH VÀ ĐIỀU TRỊ HIỆU QUẢ**

* 2019/12/25 04:26

*Theo báo cáo chỉ trong tháng 11 cả nước có khoảng 400.000 các trường hợp mắc Cúm. Các chủng vi rút Cúm được xác định chủ yếu là Cúm A H1N1 và cúm B. Cuộc trao đổi với bác sĩ Phạm Công Đức – Trưởng Khoa Bệnh Nhiệt Đới bệnh viện Bãi Cháy sẽ cung cấp những thông tin nhận biết về loại Cúm này đến bạn đọc.*

Xin bác sĩ cho biết vì sao thời điểm này tỷ lệ mắc Cúm lại cao như vậy?

Cúm A là bệnh nhiễm trùng đường hô hấp cấp tính do vi rút, có khả năng lây nhiễm cao và lây lan rất nhanh trong cộng đồng. Có 2 nguyên nhân chính gây ra tỷ lệ mắc Cúm cao ở thời điểm này :

Do thời thời điểm này là giao mùa đông xuân, Thời tiết thay đổi nóng, lạnh, ẩm thất thường trong ngày, tạo điều kiện cho các loại vi rút đường hô hấp phát triển trong đó có vi rút Cúm

Cũng do thời tiết thay đổi thất thường khiến cho sức đề kháng của chúng ta suy giảm, nhất là trẻ em, nên tỷ lệ nhiễm các loại vi rút đường hô hấp tăng cao, trong đó có Cúm

Cúm A lây nhiễm như thế nào và những đối tượng nào dễ mắc phải?

Vi rút cúm A có thể dễ dàng lây lan từ người sang người giống như cách lây lan của cúm thường qua không khí có chứa các hạt nước nhỏ li ti khi người bệnh ho, hắt hơi, cười hoặc nói chuyện. Người bệnh cũng có thể nhiễm vi rút cúm do tiếp xúc, chạm tay vào bề mặt vật dụng bị nhiễm vi rút, chạm vào khăn giấy đã dụng có nhiễm vi rút sau đó đưa tay lên mũi, miệng hoặc dụi mắt. Việc dùng chung đồ dùng, ly uống nước, hoặc bàn chải đánh răng với người bệnh cũng có thể lây nhiễm vi rút cúm A.

Những trường hợp nào thì cần phải nhập viên, thưa bác sĩ?

Cúm cũng như các vi rút đường hô hấp khác thường sẽ tự khỏi, chủ yếu chỉ cần điều trị triệu chứng như hạ sốt, giảm viêm và nghỉ ngơi.

Những trường hợp nhẹ có thể điều trị ở nhà.

Chỉ những trường hợp nặng và những trường hợp có thể tạng đặc biệt như người trên 65 tuổi, trẻ em dưới 2 tuổi, các bệnh nhân có các bệnh mạn tính như tim mạch, hen suyễn, bệnh phổi…thì chúng ta cần phải lưu ý khám bác sĩ và nhập viện nếu bác sĩ yêu cầu

Nếu các triệu chứng kéo dài hơn 1 tuần thì người bệnh không nên chủ quan tự mua thuốc điều trị mà cần đến bệnh viện có bác sĩ chuyên khoa thăm khám để tránh những biến chứng nghiêm trọng do cúm gây ra.



*Bác sĩ thăm khám cho bệnh nhi mắc cúm A tại Khoa Nhiệt Đới, Bệnh viện Bãi Cháy*

Được biết do số lượng bệnh nhân mắc Cúm tăng đột biến làm cho thuốc Tamiflu khan hiếm, giá tăng cao. Vậy theo bác sĩ có phải khi mắc Cúm là phải uống Tamiflu không?

Tamiflu là một loại thuốc kháng vi rút, ức chế làm cho vi rút không nhân lên chứ không có tác dụng diệt vi rút và cần phải dùng sớm trong vòng 2 ngày đầu thì tác dụng mới rõ rệt.

Cúm mùa cũng như các vi rút đường hô hấp khác thường sẽ tự khỏi, chủ yếu chỉ cần điều trị triệu chứng.  Người ta chỉ dùng Tamiflu cho những trường hợp bệnh nặng cần phải khám bác sĩ và được bác sĩ chỉ định dùng thuốc.

Cách phòng tránh cúm A như thế nào?

Để phòng ngừa cúm A, cần thực hiện tốt vệ sinh cá nhân như: rửa tay thường xuyên, đeo khẩu trang khi ra đường, tránh đám đông lớn, đặc biệt là trong khi dịch cúm bùng phát, che miệng và mũi khi ho hoặc hắt hơi, khi bị sốt thì ở nhà ít nhất 24 giờ sau khi hết để tránh lây nhiễm cho người khác.

Nếu có các triệu chứng sốt cao, ho, sổ mũi, đau đầu, đau cơ mệt mỏi người bệnh nên nghỉ ngơi, uống nhiều nước. Khi các triệu chứng này kéo dài, không nên chủ quan mà nên đến cơ sở y tế để khám bệnh.

Người được cơ sở y tế xác định mắc cúm A nên nghỉ ngơi, đeo khẩu trang, hạn chế đến nơi đông người để tránh virut lây bệnh sang những người xung quanh.

Ngoài ra, cách tốt nhất để phòng ngừa cúm A là thực hiện tiêm vắc xin cúm hàng năm. Mỗi mũi tiêm phòng cúm có thể chống lại 3-4 loại vi rút cúm khác nhau trong mùa cúm năm đó. Các đối tượng nguy cơ cao cần được tiêm vắc-xin cúm hàng năm vào trước mùa dịch, trước tiên là người cao tuổi và trẻ em từ 6 tháng đến 5 tuổi, đặc biệt từ 6 tháng đến 2 tuổi.

Xin cảm ơn bác sĩ!

**Phạm Công Đức – Mạc Thảo – Đình Hải**

|  |
| --- |
| Để phòng chống cúm A(H1N1), Cục Y tế dự phòng, Bộ Y tế khuyến cáo cần sử dụng các biện pháp đối với cúm mùa thông thường:  - Rửa tay bằng xà phòng thường xuyên, tránh tối đa việc chùi tay lên mắt và mũi, che miệng và mũi khi ho hoặc hắt hơi; không khạc nhổ bừa bãi; hàng ngày sử dụng các dung dịch sát khuẩn đường mũi, họng, mắt; tránh tiếp xúc gần với người bệnh hoặc người nghi nhiễm cúm.  -Ăn thức ăn đủ chất dinh dưỡng để ngăn ngừa nhiễm virus cúm.  - Thường xuyên vệ sinh, lau sạch các bề mặt, vật dụng tiếp xúc hằng ngày, sàn nhà bằng xà phòng hoặc các chất tẩy rửa thông thường; mở cửa thoáng mát nơi ở, lớp học, phòng làm việc  - Bên cạnh đó, người dân có thể đi tiêm vắcxin để phòng bệnh. Những trường hợp sốt cao, khó thở cần chủ động cách ly, đeo khẩu trang và đến cơ sở y tế để được khám, tư vấn, xử lý, phòng tránh lây lan. Việc nhận biết và phát hiện sớm các dấu hiệu mắc bệnh có thể giúp điều trị kịp thời, hạn chế tối đa các trường hợp tử vong.  - Các gia đình nên đưa trẻ đi tiêm chủng đúng lịch, đủ mũi, tiêm nhắc lại để chủ động phòng tránh bệnh dịch. |