

BỆNH CÚM A (cúm mùa)

CÚM A là một bệnh nhiễm trùng đường hô hấp cấp tính

- Thường xảy ra vào mùa đông - xuân, khi chuyển giao giữa hai mùa (cúm mùa). Bệnh Cúm A gây ra bởi các chủng của virus Cúm A, bao gồm: H1N1, H5N1, H7N9.
- Bệnh lây lan qua đường hô hấp qua các hạt bụi, giọt nước li ti dính virus khi người bệnh ho, hắt hơi hoặc qua tiếp xúc với các đồ vật nhiễm virus rồi đưa lên mắt, mũi, miệng. Do đó, bệnh Cúm A lây lan nhanh chóng trong cộng đồng, đặc biệt là những nơi tập trung nhiều người như các lễ hội mùa xuân, trường học, khu vui chơi,...

TRIỆU CHỨNG CỦA BỆNH CÚM A:

- Chảy nước mũi. Hắt hơi , Nghẹt mũi, sổ mũi.
- Ho
- Đau đầu.
- Sưng hạch hầu họng, viêm, đau nhức vòm họng.
- Sốt cao trên 38.5 độ và kéo dài.
- Cơ thể mệt mỏi, đau nhức xương, cơ nặng, tê bì chân tay.
- Buồn nôn, nôn mửa (ở trẻ em).
- Cảm giác khó thở, viêm phổi (bệnh nặng)

Bệnh cúm A tiến triển thường lành tính, nhưng cũng có thể biến chứng nặng và nguy hiểm hơn ở những người có bệnh lý mạn tính về tim mạch và hô hấp, người bị suy giảm miễn dịch, người già, trẻ em , và phụ nữ có thai.

PHÒNG BỆNH CÚM A:

Cúm A lây lan rất nhanh, mọi người đều có thể mắc phải Cúm A. Để phòng Cúm A cần phải tuân thủ theo các biện pháp sau:

- **Giữ gìn vệ sinh cá nhân:** Rửa tay sạch với xà phòng diệt khuẩn hoặc dung dịch sát khuẩn trước khi ăn, khi đi từ ngoài về nhà, sau khi đi vệ sinh. Hạn chế đưa tay tiếp xúc vùng mắt, mũi, miệng.
- **Giữ gìn vệ sinh chung:** Đeo khẩu trang khi ra ngoài, ở nơi đông người. Che mũi, miệng khi ho hoặc hắt hơi bằng khuỷu tay hoặc giấy ăn. Vệ sinh nhà cửa, trường học, cơ quan thường xuyên.

- Khi có dấu hiệu sốt, ho, đau đầu,... trong đợt dịch thì cần phải nghỉ học, nghỉ làm việc , **cách ly và đến cơ sở y tế** để chẩn đoán chính xác bệnh.
- Phòng Cúm A cho trẻ em, người già, phụ nữ có thai là rất cần thiết. Bởi vì những đối tượng này có sức đề kháng yếu, dễ bị virus Cúm A xâm nhập.
- **Chủ động tiêm phòng Cúm A:** Phòng Cúm A cho trẻ bằng cách đưa trẻ đi tiêm chủng đúng lịch, đủ mũi và chú ý tiêm nhắc lại.

ĐIỀU TRỊ: người mắc bệnh cúm A cần thực hiện những điều sau:

- Bệnh nhân cần được nghỉ ngơi trong môi trường sạch sẽ, an toàn.
- Bệnh nhân cần uống nhiều nước, ăn các thức ăn lỏng và dễ hấp thu để bù nước do mất nước khi sốt.
- Các thuốc hỗ trợ trong điều trị Cúm A: thuốc hạ sốt, vitamin (đặc biệt là vitamin C) hỗ trợ tăng sức đề kháng. Các thuốc được sử dụng phải do bác sĩ chỉ định
- Cách ly người bệnh với những người xung quanh để hạn chế lây nhiễm lan rộng.

Cần cách ly người nhiễm hoặc nghi ngờ nhiễm Cúm A