

TUYÊN TRUYỀN BỆNH CÚM

- Thời gian: Trong tiết sinh hoạt lớp thứ 7, ngày 28 tháng 9 năm 2024

- Địa điểm: Tại lớp học

- Thành phần:

+ Giáo viên chủ nhiệm

+ Học sinh

- Nội dung:

+ Giáo viên chủ nhiệm chủ trì.

+ Bộ phận Y tế cung cấp tài liệu phối hợp GVCN tuyên truyền.

1. Biểu hiện và đặc điểm của bệnh

- Định nghĩa: là bệnh nhiễm trùng hô hấp cấp tính do vi-rút cúm gây nên.

- Biểu hiện của bệnh: sốt (thường trên 38°C), đau nhức toàn thân, có thể đau họng, hắt hơi, ngạt mũi, chảy nước mũi, ho, khó thở. Bệnh có thể gây viêm phổi nặng, suy đa phủ tạng dẫn đến tử vong.

- Đặc điểm: Bệnh xảy ra hằng năm, thường vào mùa đông xuân. Bệnh lây nhiễm trực tiếp từ người bệnh sang người lành thông qua các giọt bắn nhỏ khi nói chuyện, khi ho, hắt hơi. Bệnh cúm mùa tiến triển thường lành tính nhưng cũng có thể gây biến chứng nặng và nguy hiểm hơn ở những người có bệnh lí mạn tính về tim mạch và hô hấp, người bị suy giảm miễn dịch, trẻ em dưới 5 tuổi.

2. Phương thức lây truyền

- Bệnh cúm lây truyền qua đường giọt bắn đường hô hấp:

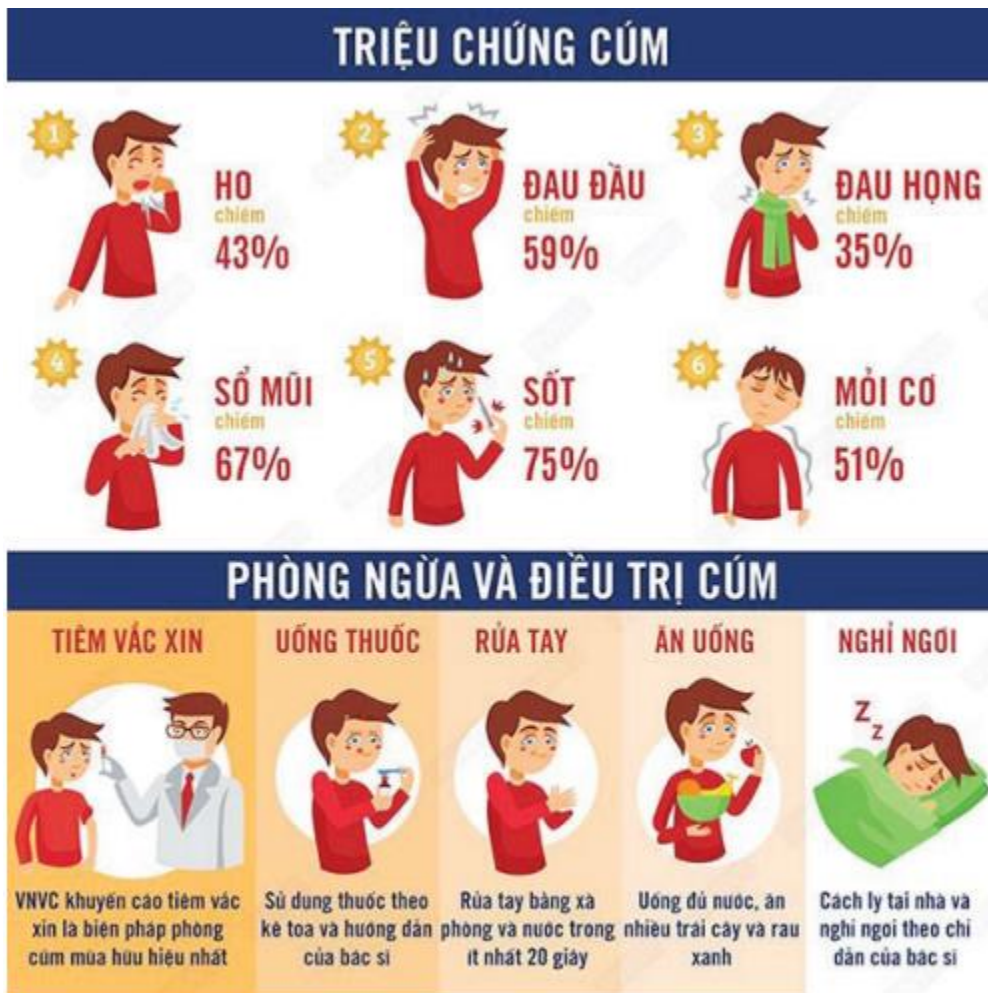
+ Khi người bệnh ho hay hắt hơi có thể phát tán hàng triệu hạt nước bọt có chứa vi-rút (giọt bắn có thể di chuyển xa 2m).

+ Giọt bắn: hít hoặc bám vào miệng-mũi người.

- Bệnh cúm có thể truyền qua đường tiếp xúc:

+ Giọt bắn bám trên bàn, ghế, tay nắm cửa, điện thoại các vật dụng,...

+ Người lành tiếp xúc với các bề mặt, vật dụng đã có vi-rút bám dính, sau đó đưa tay vào miệng hay mũi làm vi-rút lan truyền.



Hình 10. Triệu chứng và cách phòng ngừa bệnh cúm
(Nguồn: Bộ Y tế)

3. Các biện pháp phòng bệnh Biện pháp phòng bệnh chung

- Dựa vào mức độ nghiêm trọng của dịch cúm trong cộng đồng và khả năng của dịch vụ y tế địa phương, các trường học cần xem xét đến việc sàng lọc, cách ly, theo dõi học sinh và các thành viên trong nhà trường để hạn chế mức độ lây lan của dịch cúm, yêu cầu người bệnh ở nhà trong thời gian ốm. Khuyến khích thực hiện tốt vệ sinh cá nhân. Nếu trong trường có người bị bệnh cúm gia cầm thì cần phải:

+ Giữ sạch môi trường bằng cách thường xuyên làm sạch và tẩy uế các vật dụng và mọi vị trí trong nhà trường, đặc biệt là các vật dụng trung gian có nguy cơ lây lan cao như điện thoại, máy tính, tay nắm cửa,... bằng các chất tẩy rửa thông thường như xà phòng, nước Javel, cồn Ethanol 70%.

+ Làm thông thoáng khí trong phòng học bằng cách mở cửa ra vào, cửa sổ.

+ Hạn chế tiếp xúc nhiều người bằng cách huỷ bỏ các cuộc họp hay các hoạt động mang tính chất tập thể; tăng khoảng cách giữa các bàn học và tránh tiếp xúc trực tiếp.

+ Những người tiếp xúc trực tiếp với các trường hợp có triệu chứng cúm đều phải đeo ngay khẩu trang và đưa vào phòng cách ly để theo dõi. Các thành viên trong nhà trường tự phát hiện triệu chứng nghi cúm, nếu có thì chủ động nghỉ học và thông báo ngay cho nhà trường và cơ sở y tế trên địa bàn để được tư vấn và hỗ

trợ kịp thời.

- Biện pháp phòng bệnh đặc hiệu: tiêm vắc-xin phòng bệnh. Vắc xin cúm bất hoạt có hiệu lực bảo vệ từ 70-80% cho người khỏe mạnh. Hàng năm tiêm nhắc vắc-xin theo chủng đang lưu hành.

4. Xử trí khi có học sinh nghi ngờ mắc Cúm

- Xử trí học sinh nghi ngờ mắc cúm chủ yếu điều trị hỗ trợ như: hạ sốt, bổ sung nước điện giải, tăng cường dinh dưỡng, vệ sinh mũi họng, hạn chế học sinh tiếp xúc với các bạn khác hoặc những người có cơ địa suy giảm miễn dịch, nằm nơi thoáng khí, nhiệt độ mát. Đặc biệt quan trọng là tiêm phòng vắc-xin cúm hàng năm để tăng cường khả năng phòng ngừa nhiễm bệnh hoặc giảm mức độ nặng khi có nhiễm bệnh.

Gia đình, học sinh tự theo dõi sức khỏe khi thấy xuất hiện các dấu hiệu nặng hơn cần đi khám và điều trị tại bệnh viện ngay (khó thở - thở nhanh, lồng ngực rút lõm, tím môi, li bì hoặc kích thích vật vã, ăn kém hoặc bỏ ăn, nôn nhiều...).

Việc sử dụng thuốc kháng vi-rút hoặc kháng sinh phải do các bác sĩ quyết định sau khi thăm khám và đánh giá mức độ bệnh.

Lãnh đạo nhà trường

Đinh Thị Thùy Dương

**Xây dựng nội dung
Y tế nhà trường**



Phạm Thị Ngọc Hải