PHÒNG CHỐNG BỆNH SỞI - RUBELA

Hiện nay, bệnh Sởi đang bùng phát ở nhiều Tỉnh/ Thành trong cả nước. Trong năm 2018 số bệnh nhân Sởi nhập viện tại TPHCM là 1.080 người; quận Gò Vấp có 28 ca Sởi nhập viện và 13 ca điều trị ngoại trú. 95% trường hợp mắc sởi là do chưa được tiêm vắc xin hoặc không rõ tiền sử tiêm vắc xin.

Bệnh Sởi và Rubella là gì?

* Là bệnh truyền nhiễm, do vi rút gây nên.
* Hiện chưa có thuốc điều trị đặc hiệu. Tuy nhiên bệnh đã có vắc xin phòng ngừa. Do đó việc tiêm vắc xin Sởi – Rubella đóng vai trò quan trọng để phòng bệnh.

Ai có thể mắc bệnh?

Tất cả mọi người, mọi lứa tuổi đều có thể mắc bệnh Sởi - Rubella,

Bệnh Sởi và Rubella lây lan như thế nào?

* Bệnh lây truyền trực tiếp từ người bệnh sang người lành do hít phải các chất tiết mũi họng văng ra khi người bệnh ho, hắt hơi, nói chuyện...
* Do tiếp xúc với các vật dụng, các bề mặt (sàn nhà, bàn ghế, đồ chơi…) có dính các chất dịch tiết mũi họng của người bệnh.
* Điều kiện thuận lợi để bệnh Sởi - Rubella lan rộng: sống chung đông người chật chội, thiếu ánh sáng, thiếu điều kiện vệ sinh ( nhà trọ, ký túc xá v.v…)

Triệu chứng của bệnh:

* Sốt cao trên 39 độ C; viêm long đường hô hấp trên, chảy nước mũi, ho khan kéo dài, khàn tiếng, có hạt Koplik trong miệng (Những nốt nhỏ xíu với trung tâm mầu xanh trắng xuất hiện bên trong miệng nơi gò má), mắt có gỉ kèm nhèm, sưng nề mí mắt.
* Ban mọc theo thứ tự bắt đầu ngày thứ nhất từ đầu, mặt, cổ; ngày thứ 2 ngực, lưng, cánh tay; ngày thứ 3 bụng, mông, đùi, chân; khi ban mọc tới chân hết sốt và ban bắt đầu bay.

Biến chứng của bệnh:

* Bệnh sởi thường gây biến chứng cho trẻ em như: Viêm phổi, viêm thanh quản, viêm não, tiêu chảy kéo dài, suy dinh dưỡng, viêm tai giữa, loét giác mạc do thiếu vitamin A.
* Bệnh Rubella thường gây biến chứng cho người lớn hơn là trẻ em. Gồm: Viêm khớp, viêm não … Phụ nữ mang thai bị Rubella, đặc biệt trong ba tháng đầu của thai kỳ có các nguy cơ sau: thai chết lưu, sẩy thai, sanh non, trẻ nhẹ cân, trẻ mang dị tật bẩm sinh.

Phòng bệnh:

* Tiêm chủng vắcxin: Là biện pháp phòng ngừa chủ động và hiệu quả nhất.
* Rửa tay thường xuyên với nước sạch và xà phòng: trước và sau khi chăm sóc, tiếp xúc với người bệnh; trước khi bế ẵm trẻ; sau khi che miệng khi ho, hắt hơi; trước khi cho trẻ ăn; khi chế biến thức ăn; sau khi đi vệ sinh.
* Che miệng và mũi khi ho hoặc hắt hơi, tốt nhất bằng khăn giấy để làm giảm phát tán các dịch tiết đường hô hấp, sau đó bỏ khăn giấy vào thúng rác.
* Thông thoáng nơi ở, nơi vui chơi của trẻ, nơi làm việc; lau chùi bề mặt sàn nhà, bàn/ghế, dụng cụ học tập; rửa sạch các vật dụng, đồ chơi của trẻ hàng ngày bằng nước sạch, xà phòng hoặc các chất tẩy rửa thông thường.
* Hạn chế: đi vào chỗ đông người, vào khu vực có dịch.
* Hạn chế tiếp xúc với người bệnh: khi cần tiếp xúc thì phải đeo khẩu trang. Sau khi tiếp xúc phải rửa tay bằng xà phòng.
* Ăn đủ chất dinh dưỡng để tăng cường sức khỏe. Ăn chín, uống chín.

Đối với người bệnh, cần phải làm gì ?

* Người bệnh cần nghỉ học, nghỉ làm và không đến nơi đông người cho đến ngày thứ 5 - 7 sau khi phát ban.
* Hạn chế tiếp xúc với phụ nữ có thai và những người chưa tiêm ngừa, người có nguy cơ nhiễm bệnh cao.
* Mang khẩu trang khi tiếp xúc với người xung quanh.

Những ai cần được tiêm chủng?

* *Trẻ em dưới 2 tuổi*: phải được tiêm đủ 2 mũi vắc xin sởi:

Mũi 1: Khi trẻ 9 tháng tuổi

Mũi 2: Khi trẻ từ 15 - 18 tháng tuổi

* *Phụ nữ ở tuổi sinh sản:* những phụ nữ chưa từng bị bệnh Sởi - Rubella hoặc chưa được tiêm phòng lúc nhỏ, nên tiêm vắc xin Sởi – Rubella (MR) hoặc Sởi – Quai bị - Rubella (MMR) để phòng bệnh lâu dài.

Những đối tượng sau đây không nên tiêm phòng vắc xin phòng Sởi - Rubella:

* Những phụ nữ đang có thai hoặc nghi ngờ có thai
* Những người dị ứng với thuốc Neomycine, dị ứng với trứng
* Bệnh nhân bị suy giảm miễn dịch, hoặc đang sử dụng những thuốc ức chế miễn dịch.
* Bệnh nhân bị bệnh ác tính về máu, đang xạ trị, hóa trị.
* Bệnh nhân bị nhiễm trùng cấp tính hoặc mạn tính. (ví dụ như bệnh Lao chưa được điều trị).