

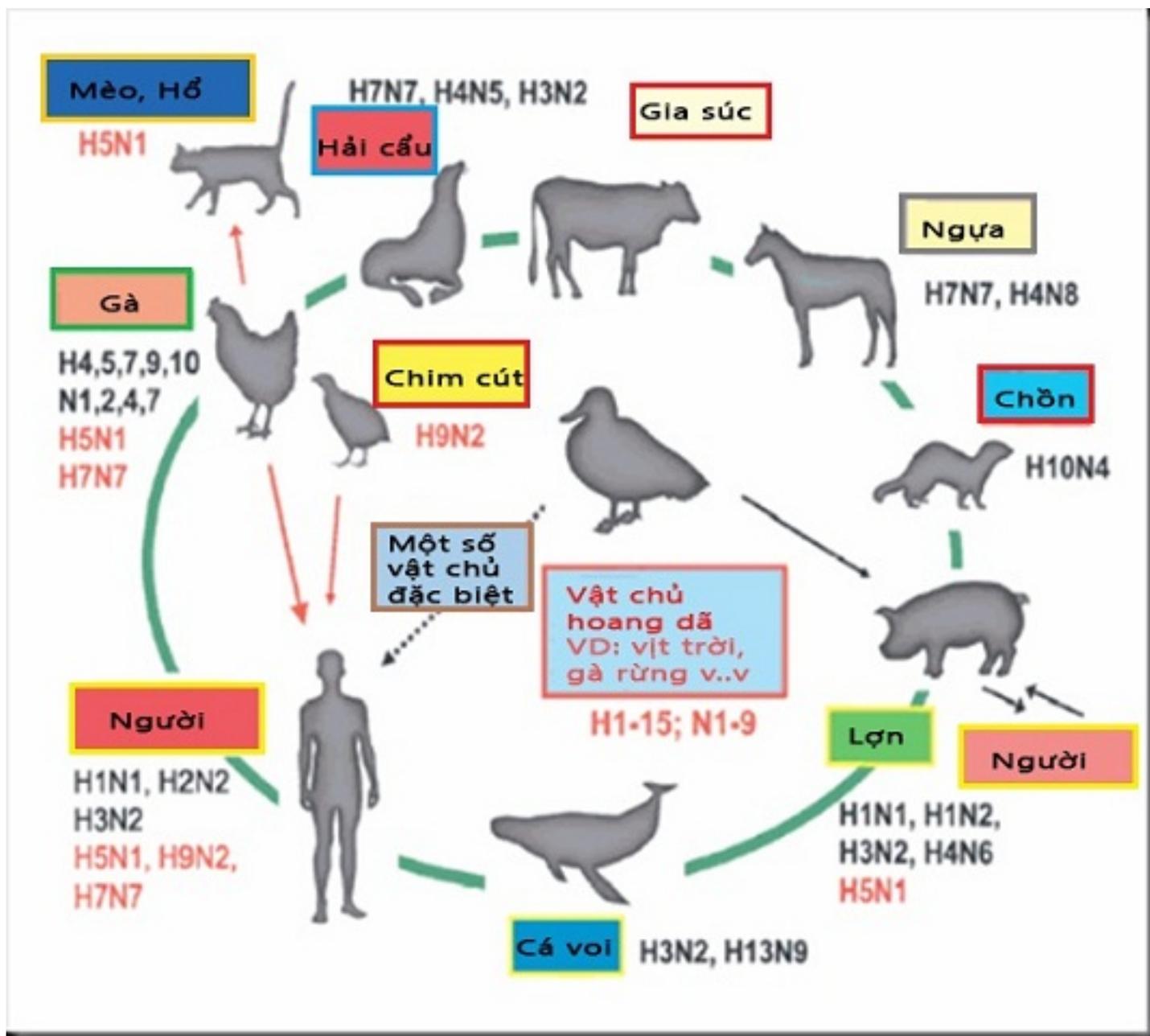
10 khuyến cáo phòng ngừa bệnh cúm

Viết bởi Biên tập viên

Thứ sáu, 28 Tháng 11 2014 08:18 - Liên tiếp nhợt cuối Thứ sáu, 28 Tháng 11 2014 08:26

Bs Phạm Phú Tuấn - Khoa Cấp Cứu

Bệnh cúm thường xảy ra vào mùa đông xuân nếu không chú ý phòng tránh bệnh có thể trở thành dịch, nhớ đi dịch cúm A H1N1 năm 2009 - 2010 xảy ra ở nước ta và các nước trên thế giới.



10 khuyến cáo phòng ngừa bệnh cúm

Viết bởi Biên tập viên

Thứ sáu, 28 Tháng 11 2014 08:18 - Lần cập nhật cuối: Thứ sáu, 28 Tháng 11 2014 08:26

Tuy hiện nay đã được đề cập tới, cũng như cúm gia cầm H5N1, H7N9... và các loại cúm khác, mầm bệnh vẫn âm thầm xẩy ra trong cộng đồng cùng với điều kiện khí hậu nhiệt đới, thời điểm giao mùa giữa mùa nóng và mùa mưa như hiện nay được xem là điều kiện lý tưởng để virus cúm phát triển và gây bệnh. Vì vậy việc thực hiện phòng tránh cần thực hiện 10 khuyến cáo sau đây:

1. Thường xuyên nâng cao thể trạng bằng cách tập thể dục, ăn uống đầy đủ các chất dinh dưỡng vitamin và khoáng chất, thực hiện ăn chín uống sôi.
2. Đeo khẩu trang sinh cá nhân, sử dụng các thuốc sát khuẩn để rửa mũi họng hàng ngày, rửa tay trước khi ăn và sau khi đi cầu.
3. Không sử dụng thịt và các sản phẩm thịt súc vật mắc bệnh như nghi ngờ, gia cầm chết thịt gia cầm không rõ nguồn gốc. Không ăn những thực phẩm ăn sống như thịt tái, tiết canh...vv
4. Hạn chế tiếp xúc với nguồn bệnh như: Hạn chế tiếp xúc với người mắc bệnh, súc vật mắc bệnh.
5. Những người thường xuyên tiếp xúc với nguồn bệnh như bệnh nhân làm việc các nơi có dịch cúm trên súc vật, cần thực hiện các biện pháp phòng cá nhân như phòng chống dịch SARS.
6. Những người mắc bệnh mãn tính, có nguy cơ biến chứng cúm, tránh tiếp xúc với nguồn bệnh.
7. Khi có biểu hiện viêm đường hô hấp cấp như sốt cao, đau đầu, đau cơ, mệt mỏi, đau họng, ho... cần đến ngay các cơ sở y tế gần nhất để được khám và điều trị kịp thời.
8. Tuyên truyền, khuyến cáo người dân vệ sinh cá nhân và sẵn sàng tiêm chủng ngừa virus cúm gia cầm, khuyến khích người dân báo dịch khi phát hiện gia cầm ốm, chết bất thường. Nghiêm cấm việc giết mổ, bán thịt gia cầm mắc bệnh làm lây lan dịch bệnh và không buôn bán gia cầm và

10 khuyến cáo phòng ngừa bệnh cúm

Viết bởi Biên tập viên

Thứ sáu, 28 Tháng 11 2014 08:18 - Lần cập nhật cuối Thứ sáu, 28 Tháng 11 2014 08:26

Số người mắc gia cầm không rõ nguồn gốc, chủ yếu qua kiềm dịch thú y. Thúc đẩy tiến bộ công tác vệ sinh tiêu diệt các ổ trùng trong chăn nuôi, tập trung vào khu vực có nguy cơ cao phát sinh ổ dịch cúm gia cầm (khu vực chăn nuôi gia cầm, chợ buôn bán, điểm thu gom gia cầm, chợ súp nê gia cầm và chợ giết mổ gia cầm,...)

9. Tiêm phòng vắc xin cúm ở các đối tượng sau:

- Nhân viên y tế làm việc ở nơi có nguy cơ cao.
- Trẻ em từ 6 tháng - 8 tuổi
- Người già trên 65 tuổi
- Người mắc bệnh mãn tính: bệnh phổi tắc nghẽn mãn tính (COPD), hen phế quản, bệnh tim bẩm sinh, suy tim, bệnh mạch vành, bệnh đái tháo đường, suy giảm miễn dịch.

10. Tiêm vaccin chống cúm cho gia cầm súc vật có nguy cơ mắc bệnh. Tiêu huỷ gia súc gia cầm bệnh. Không giết mổ, ăn thịt gia cầm, gia súc mắc bệnh.