

CÁCH PHÒNG VÀ CHĂM SÓC NGƯỜI BỆNH THỦY ĐẬU

Bệnh thủy đậu là một bệnh truyền nhiễm, do vi rút Varicella Zoster gây ra và thường bùng phát thành dịch vào mùa xuân.

1. Nguyên nhân gây bệnh

Vi rút gây bệnh Thủy đậu lây chủ yếu qua đường hô hấp (hoặc không khí), người lành dễ bị nhiễm bệnh nếu hít phải những giọt nước bọt bắn ra khi bệnh nhân thủy đậu ho, hắt hơi hoặc nhảy mũi. Ngoài ra, khi tiếp xúc với bệnh nhân thủy đậu, bệnh có thể lây từ bóng nước khi bị vỡ ra, lây từ vùng da bị tổn thương hoặc lở loét từ người mắc bệnh. Đặc biệt, phụ nữ mang thai không may bị nhiễm bệnh sẽ rất dễ lây cho thai nhi thông qua nhau thai.

2. Chăm sóc người bệnh bị Thủy đậu

Vì là bệnh lây qua đường hô hấp và tiếp xúc trực tiếp với dịch nốt phỏng nên khi trẻ bị thủy đậu, việc đầu tiên là các bậc cha mẹ nên cách ly trẻ tại nhà cho tới khi khỏi hẳn. Bổ sung vitamin C, nhỏ mũi 2 lần/ngày cho trẻ. Mặc quần áo vải mềm, thấm hút mồ hôi và đặc biệt chú ý tới việc đảm bảo vệ sinh da cho trẻ để tránh xảy ra biến chứng. Giữ bàn tay cho trẻ thật sạch. Khi cần tiếp xúc người bệnh thủy đậu thì phải đeo khẩu trang. Sau khi tiếp xúc, phải rửa tay ngay bằng xà phòng. Đặc biệt những phụ nữ đang mang thai cần tuyệt đối tránh tiếp xúc với người bệnh.

Lưu ý: Tránh làm vỡ các nốt thủy đậu vì dễ gây bội nhiễm và có thể tạo thành sẹo tồn tại lâu dài.

Nằm trong phòng riêng, thoáng khí, có ánh sáng mặt trời, thời gian cách ly là khoảng 7-10 ngày từ lúc bắt đầu phát hiện bệnh (phát ban) cho đến khi các nốt phỏng nước khô vảy hoàn toàn. Sử dụng các vật dụng sinh hoạt cá nhân riêng: khăn mặt, cốc, chén, bát, đĩa. Vệ sinh mũi họng hằng ngày bằng dung dịch nước muối sinh lý 0,9%. Thay quần áo và tắm rửa hằng ngày bằng nước ấm sạch. Nên mặc quần áo rộng, nhẹ, mỏng.

Đối với trẻ em: Nên cắt móng tay cho trẻ, giữ móng tay trẻ sạch hoặc có thể dùng bao tay vải để bọc tay trẻ nhằm tránh biến chứng nhiễm khuẩn da thứ phát do trẻ gãi gây trầy xước các nốt phỏng nước. Ăn các thức ăn mềm, lỏng, dễ tiêu, uống nhiều nước, nhất là nước hoa quả. Dùng dung dịch xanh milian (xanh methylene) để chấm lên các nốt phỏng nước đã vỡ. Trường hợp sốt cao, có thể dùng các thuốc hạ sốt giảm đau thông thường nhưng phải theo hướng dẫn của thầy thuốc, có thể dùng kháng sinh trong trường hợp nốt rạ bị nhiễm khuẩn: nốt rạ có mủ, tấy đỏ vùng da xung quanh.

Nếu bệnh nhân cảm thấy khó chịu, lừ đừ, mệt mỏi, co giật, hôn mê hoặc có xuất huyết trên nốt rạ nên đưa đến ngay các cơ sở y tế để được theo dõi và điều trị.

3. Tiêm phòng là biện pháp phòng bệnh hiệu quả nhất

Mặc dù bệnh có thể lây lan nhanh chóng trong cộng đồng, nhưng hiện tại đã có biện pháp chủ động để phòng chống bệnh thủy đậu, đó là chủng ngừa bằng vắc xin. Đối với trẻ từ 12 tháng tuổi tới 12 tuổi, tiêm 1 liều và liều thứ 2 nên tiêm thêm cách liều thứ nhất 6 tuần trở đi hoặc trong khoảng 4 - 6 tuổi để gia tăng hiệu quả phòng bệnh và giảm việc mắc bệnh thủy đậu trở lại mặc dù trước đó đã tiêm phòng. Đối với trẻ trên 13 tuổi, thanh niên và người lớn, tiêm 2 liều cách nhau tốt nhất là sau 6 tuần

CÁCH XỬ LÝ VẾT THƯƠNG KHI BỊ CHÓ CẮN

Bị chó cắn là tai nạn phổ biến, rất dễ gặp phải đặc biệt đối với trẻ nhỏ. Khi bị chó cắn nếu không xử lý vết thương đúng cách và kịp thời nhất là vào mùa nắng nóng, nạn nhân rất có thể bị mắc bệnh dại do virus dại gây nên. Vậy bạn cần làm gì khi bị chó cắn?

Nếu con bạn bị chó cắn, việc đầu tiên bạn cần làm trước khi hoảng sợ là đưa ngay bé tới bệnh viện hoặc cơ sở y tế gần nhất. Vết chó cắn cực kỳ nguy hiểm, nhất là chó đi lạc và không theo dõi được chó. Cũng không được xem thường nếu con chó đó là vật nuôi trong nhà vì chúng vẫn là vật chủ mang mầm bệnh và có thể gây bệnh cho bất cứ người nào trong gia đình.

Điều trị dự phòng nên được tiến hành càng sớm càng tốt sau khi bị phơi nhiễm, bao gồm: rửa vết thương, tiêm vắc xin phòng dại và sử dụng huyết thanh kháng dại nếu có chỉ định.

Xử lý vết thương khi bị chó cắn đúng cách và được tiêm vắc-xin phòng dại kịp thời là việc làm cần thiết để bảo vệ tính mạng khi bị chó, mèo cắn.

Sơ cứu (Xử lý) tại chỗ khi bị chó cắn

- Xối rửa kỹ tất cả các vết cắn/cào trong 15 phút với nước và xà phòng, hoặc nước sạch, sau đó sát khuẩn bằng cồn 45°-70° hoặc cồn i ốt để làm giảm thiểu lượng vi rút dại tại vết cắn. Có thể sử dụng các chất khử trùng thông thường như rượu, cồn, xà phòng các loại, dầu gội, dầu tắm để rửa vết thương ngay sau khi bị cắn.

Cách cầm máu sau khi bị chó tấn công:

Nâng cao vùng bị thương: Nếu bị chó cắn vào chân hay cánh tay, bạn cần giơ cao vùng bị thương lên. Việc này rất quan trọng vì khi bị chó cắn bạn có thể bị chảy máu nhiều và cách làm này sẽ giúp cầm máu.

Cầm máu: Nếu vết thương chảy máu trong vòng 10 -15 phút sau khi bị chó cắn, trong quá trình rửa vết thương bạn không nên cầm máu, chỉ cầm sau 15 phút nếu máu vẫn tiếp tục chảy. Lúc này bạn nên đặt lên vết thương 3 miếng gạc y tế, chờ trong vòng 7 phút nếu máu vẫn tiếp tục ra nhiều đặt thêm vài miếng gạc lên nữa lên trên. Chú ý không gỡ miếng gạc trước đó vì sẽ khiến máu chảy nhiều hơn. Và chờ cho đến khi máu ngừng chảy thì băng lại vết thương.

Trong trường hợp nếu vết thương sâu và trẻ bị ra nhiều máu, máu phun thành tia bạn dùng dây thun để garô xung quanh vết thương và chi. Sau đó nhanh chóng đưa trẻ đến cơ sở y tế gần nhất để được cấp cứu kịp thời tránh mất quá nhiều máu.

- Chú ý: Không làm dập nát thêm vết thương hoặc làm tổn thương rộng hơn, tránh khâu kín ngay vết thương. Trường hợp bắt buộc phải khâu thì nên trì hoãn khâu vết thương sau vài giờ đến 3 ngày và nên khâu ngắt quãng/bỏ mũi sau khi đã tiêm phòng bẻ huyết thanh kháng dại vào tất cả các vết thương.

Tiêm huyết thanh và vắc xin phòng dại

Chỉ định dùng vắc xin và huyết thanh kháng dại trong điều trị dự phòng bệnh dại tùy theo tình trạng động vật, hoàn cảnh bị cắn hoặc tiếp xúc với nguồn bệnh, vị trí bị cắn, số lượng, tình trạng vết cắn và tình hình bệnh dại trong vùng. Bạn cần đến cơ sở y tế để được khám, tư vấn, điều trị kịp thời: Tùy vào phân độ vết thương và tình trạng của con vật sau khi cắn trong vòng 10 ngày mà các bác sĩ sẽ đưa ra liệu trình cụ thể:

Với vết thương độ I: không cần tiêm vắc xin vắc xin;

Với vết thương độ II: có thể phải chỉ định tiêm vắc xin

Với vết thương độ III: cần sử dụng cả vắc xin lẫn huyết thanh.

Người phơi nhiễm cần tuân thủ nghiêm ngặt lịch trình và liều lượng tiêm và sự hướng dẫn của bác sĩ.

CẦN TIÊM VẮC XIN VIÊM GAN B CHO TRẺ TRONG 24 GIỜ SAU SINH

Bệnh viêm gan do vi rút viêm gan B gây ra. Người bị nhiễm vi rút viêm gan B có thể bị bệnh viêm gan B cấp tính hoặc không có dấu hiệu triệu chứng của bệnh nhưng trở thành người mang vi rút mạn tính suốt cuộc đời. Ở Việt Nam, tỷ lệ người mắc bệnh viêm gan B (VGB) rất cao, nằm trong nhóm có tỷ lệ người nhiễm vi rút VGB cao của thế giới.

Bệnh viêm gan B cấp tính có thể nặng và dẫn đến tử vong. Nhiễm vi rút viêm gan B mạn tính có thể lây truyền bệnh sang người khác và khoảng 25 % người mang trùng mạn tính có thể bị chết do xơ gan hoặc ung thư gan. Hiện chưa có thuốc điều trị đặc hiệu đối với các trường hợp cấp tính. Đối với các trường hợp mạn tính hiệu quả của các thuốc điều trị thấp và rất tốn kém.

Đường lây truyền:

Vi rút viêm gan B có trong máu, nước bọt, tinh dịch, dịch âm đạo và hầu hết các dịch khác của cơ thể của người mang trùng và lây truyền qua đường sau:

- Từ mẹ sang con khi sinh: tùy thuộc vào tình trạng nhiễm vi rút viêm gan B của người mẹ mà nguy cơ lây nhiễm từ mẹ sang con khi sinh dao động từ 10 % -90 %.
- Qua đường máu: do nhận máu của người mang vi rút viêm gan B do dùng chung bơm kim tiêm, bàn chải đánh răng, dao cạo râu, vết xước bị chảy máu với người bị nhiễm vi rút viêm gan B;
- Qua quan hệ tình dục không an toàn.

Tại sao phải tiêm vắc xin viêm gan B cho trẻ trong 24h đầu sau sinh?

Bộ Y tế khuyến cáo cách an toàn và hiệu quả nhất để ngăn ngừa lây nhiễm vi rút viêm gan B và phòng ung thư gan là tiêm phòng vắc xin viêm gan B cho trẻ sơ sinh, tiêm vắc xin viêm gan B trong vòng 24 giờ đầu sau khi sinh là thời gian vàng để phòng bệnh. Đây là cách tốt nhất để phòng vi rút viêm gan B từ mẹ sang con. Điều này đặc biệt quan trọng vì hầu hết trẻ sơ sinh bị nhiễm vi rút viêm gan B từ mẹ khi sinh sẽ có 90 % nguy cơ trở thành bệnh mạn tính và khoảng 25 % trong số đó sẽ chết vì ung thư gan và xơ gan.

- Tiêm vắc xin viêm gan B trong 24h đầu sau sinh có hiệu quả bảo vệ phòng lây truyền từ mẹ sang con từ 80% đến 95%.

- Việc phòng lây truyền viêm gan B từ mẹ sang con sẽ giảm nếu tiêm muộn. Sau sinh tiêm vắc xin viêm gan B vào thời điểm 07 ngày sau sinh, khả năng phòng lây nhiễm từ mẹ sang con chỉ đạt 50% đến 57%.

- Tiêm vắc xin viêm gan B sớm không chỉ có hiệu quả tốt phòng lây truyền viêm gan B từ mẹ sang con trong khi sinh mà còn giúp trẻ sơ sinh sớm được bảo vệ phòng lây truyền viêm gan B từ các thành viên khác trong gia đình, người chăm sóc trẻ hoặc từ những trẻ khác qua tiếp xúc trực tiếp với vết xước chảy máu.

Ngay cả khi trẻ sơ sinh không bị nhiễm trong quá trình sinh đẻ thì trẻ vẫn có nguy cơ cao lây nhiễm virus viêm gan B từ mẹ bị nhiễm vi rút do tiếp xúc trực tiếp và gần gũi với mẹ trong những năm đầu.

Những trường hợp nào thì việc tiêm vắc xin viêm gan B cho trẻ sơ sinh trong vòng 24 giờ đầu sau sinh sẽ được hoãn tiêm?

- Đối với những trẻ đẻ non, cân nặng thấp, đẻ khó; mẹ bị sốt trước hoặc sau khi sinh; nước ối bẩn, con bị ngạt, thai già tháng, trẻ dị tật cần được thăm khám cẩn thận để tránh các trường hợp trùng hợp ngẫu nhiên.

- Hoãn tiêm đối với trẻ đang ốm sốt hoặc mắc các bệnh nhiễm trùng cấp tính.

- Trẻ cần được thăm khám trước khi tiêm chủng tiêm vắc xin viêm gan B khi trẻ đã bú tốt.

Ngoài tiêm vắc xin phòng viêm gan B lúc mới sinh, trẻ cần tiêm thêm 3 mũi vào các thời điểm khi đủ 2, 3, 4 tháng tuổi.

LỢI ÍCH CỦA HIẾN MÁU ĐỐI VỚI SỨC KHỎE

Hiến máu là một nghĩa cử cao đẹp nhằm giúp đỡ những người cần phải truyền máu trong lúc nguy kịch. Bên cạnh niềm vui được giúp đỡ mọi người thì người hiến máu còn có thể nhận được nhiều lợi ích cho sức khỏe từ việc hiến máu.

1. Hiến máu giúp tạo trạng thái tinh thần tích cực, tâm lý thoải mái

Lợi ích của hiến máu đầu tiên là giúp người hiến máu có những trải nghiệm tâm lý và tinh thần thú vị vì hiến máu đem lại cho người hiến cảm giác tự hào và hạnh phúc vì hành động của bạn có thể cứu giúp tính mạng của ai đó. Phần máu bạn hiến được tách thành nhiều thành phần theo nhu cầu của bệnh nhân. Các thành phần đó có thể được truyền cho những người nhận khác nhau. Bên cạnh đó, hiến máu là biểu hiện chứng tỏ sức khỏe tốt, chất lượng máu tốt, niềm tin đó rất có lợi cho người hiến máu.

2. Được kiểm tra, tư vấn sức khỏe, giúp người hiến máu tự theo dõi và tự giám sát sức khỏe của mình

Mỗi lần hiến máu, người hiến máu sẽ được kiểm tra sơ bộ về sức khỏe: khám sức khỏe, đo huyết áp, nhịp tim... và được xét nghiệm trước hiến máu. Máu hiến tặng được sàng lọc một số bệnh như: viêm gan B, viêm gan C, HIV/AIDS, giang mai... sau đó người hiến máu sẽ được biết những kết quả xét nghiệm này. Thông qua đó người hiến máu có thể nắm bắt và theo dõi kết quả xét nghiệm cũng như sức khỏe của mình.

Như vậy, mỗi lần hiến máu là một lần được kiểm tra sức khỏe, giúp cảnh báo và phát hiện những nguy cơ đối với sức khỏe để có biện pháp xử lý kịp thời. Đồng thời, với người hiến máu thường xuyên, việc hiến máu sẽ giúp họ tự giám sát sức khỏe của mình.

3. Hiến máu giúp làm giảm quá tải sắt trong cơ thể

Theo các nghiên cứu, mỗi ngày trong cơ thể có khoảng 200 - 400 tỷ hồng cầu chết tự nhiên và được thay thế bằng hồng cầu mới. Lượng huyết sắc tố bị tiêu hủy sẽ giải phóng ra một lượng sắt, một phần tái hấp thu tạo máu mới, một phần thải ra ngoài và một phần tồn tại trong cơ thể, là kho dự trữ.

Hiến máu làm giảm lượng sắt dư thừa và những người hiến máu thường xuyên sẽ giúp quá trình thải sắt thuận lợi.

4. Hiến máu giúp tăng tạo máu mới

Mỗi lần hiến máu là cho đi, mất đi nhiều thành phần như: hồng cầu, tiểu cầu, đường huyết, cholesterol, sắt, kali... Nhờ đó, hiến máu giúp thanh thải và giảm gánh nặng thoái hóa cho cơ thể.

Việc hiến máu còn là “sức ép” cho cơ thể sinh máu mới, nhất là hồng cầu để bù cho lượng hồng cầu đã hiến đi, qua đây kích thích tủy xương tăng sinh máu.

5. Hiến máu làm giảm nguy cơ xuất hiện đột quy, tim mạch

Sự có mặt quá nhiều của sắt trong máu làm thúc đẩy quá trình ô xy hóa cholesterol. Sản phẩm của quá trình này lắng đọng ở lớp dưới nội mô mạch máu, làm tăng nguy cơ xuất hiện mảng xơ vữa mạch máu. Đây là một trong những nguyên nhân gây các cơn đau tim và đột quỵ.

Một số nghiên cứu chỉ ra rằng hiến máu thường xuyên sẽ góp phần giảm ứ đọng sắt, nhờ đó giúp giảm nguy cơ xuất hiện các cơn đột quỵ, tim mạch.

6. Hiến máu giúp tăng quá trình đốt cháy calo và hỗ trợ trong việc giảm cân

Ước tính mỗi lần hiến 450 ml máu giúp đốt cháy khoảng 650 calo trong cơ thể và giảm lượng cholesterol trong máu. Đây là biện pháp hữu ích trong việc giảm cân ở những người có cân nặng trên mức trung bình của cơ thể.

7. Mỗi lần hiến máu là một lần gửi máu vào ngân hàng máu

Mỗi lần hiến máu một lần người hiến máu gửi máu của mình vào ngân hàng máu. Khi không may mắn, người hiến máu cần nhận máu, xuất trình giấy chứng nhận hiến máu tình nguyện sẽ được bồi hoàn máu miễn phí tại các cơ sở y tế công lập trên toàn quốc./.

LỢI ÍCH CỦA TIÊM MỞ RỘNG CHO TRẺ

Tiêm chủng là biện pháp an toàn và hiệu quả nhất để phòng bệnh cho trẻ. Vắc xin dùng trong dự án tiêm chủng mở rộng là hoàn toàn miễn phí. Tiêm vắc xin phòng bệnh có vai trò, lợi ích quan trọng trong việc ngăn ngừa các bệnh truyền nhiễm nguy hiểm đối với trẻ.

Tiêm chủng là việc đưa kháng nguyên vào cơ thể nhằm kích thích cơ thể sinh ra kháng thể để chống lại bệnh tật. Vắc xin có thể ngăn ngừa hoặc cải thiện các hiệu ứng lây nhiễm của nhiều tác nhân gây bệnh.

Nếu không tuân thủ tiêm chủng đầy đủ và đúng lịch các loại vắc xin trong chương trình Tiêm chủng mở rộng quốc gia thì trẻ sẽ có nguy cơ mắc bệnh sau: lao, bạch hầu, uốn ván, ho gà, bại liệt, sởi, rubella, viêm gan B, viêm phổi và viêm màng não mủ, viêm não Nhật Bản B... Hầu hết các bệnh trên hiện nay chưa có thuốc điều trị đặc hiệu, nếu mắc bệnh trẻ sẽ có nguy cơ tiến triển rất nặng, có thể dẫn đến tử vong, biến chứng hoặc di chứng gây ảnh hưởng đến cuộc sống sau này của trẻ, ngoài ra còn có thể lây lan thành bệnh dịch nguy hiểm cho cộng đồng. Vì vậy, việc tiêm chủng đầy đủ và đúng lịch không chỉ có tác dụng phòng bệnh đối với trẻ mà còn mang lại những lợi ích to lớn đối với xã hội và là một chương trình mang tính nhân văn sâu sắc mà Đảng và Nhà nước dành cho trẻ.

Để trẻ được tiêm chủng đầy đủ, đúng lịch các bậc phụ huynh cần ghi nhớ lịch tiêm chủng cho trẻ như sau:

- Trẻ sơ sinh: Phòng bệnh Viêm gan B trong vòng 24 giờ đầu sau sinh; Tiêm vắc xin phòng bệnh Lao (BCG).

- Trẻ đủ 2 tháng tuổi: Tiêm vắc xin phòng bệnh bạch hầu, ho gà, uốn ván, viêm gan B, viêm phổi và viêm màng não do Hib lần 1; Uống vắc xin phòng bệnh Bại liệt lần 1.

- Trẻ đủ 3 tháng tuổi: tiêm vắc xin phòng bệnh bạch hầu, ho gà, uốn ván, viêm gan B, viêm phổi và viêm màng não do Hib lần 2; uống vắc xin phòng bệnh Bại liệt lần 2.

- Trẻ đủ 4 tháng tuổi: tiêm vắc xin phòng bệnh bạch hầu, ho gà, uốn ván, viêm gan B, viêm phổi và viêm màng não do Hib lần 3; Uống vắc xin phòng bệnh bại liệt lần 3.

- Trẻ từ 5 tháng tuổi đến dưới 1 tuổi: tiêm bổ sung vắc xin phòng bệnh bại liệt IPV.

- Trẻ đủ 9 tháng tuổi: Tiêm vắc xin phòng bệnh sởi lần 1.

- Trẻ 18 tháng tuổi: Tiêm vắc xin Bạch hầu - Ho gà - Uốn ván mũi 4. Tiêm vắc xin Sởi - Rubella (MR).

- Từ 12 tháng tuổi: Tiêm vắc xin viêm não Nhật Bản mũi 1, mũi 2 sau mũi 1 từ 1-2 tuần, mũi 3 sau mũi 2 một năm.

Để phòng tránh các bệnh dịch truyền nhiễm nguy hiểm ở trẻ em, các bậc cha mẹ, phụ huynh khi được các nhân viên Y tế thông báo, hãy quan tâm đưa trẻ đến Trạm Y tế địa phương để được khám, tư vấn và tiêm chủng đầy đủ các loại vắc xin phòng bệnh miễn phí cho trẻ em. Mọi trẻ em đều có quyền được thụ hưởng các loại

vắc xin trong chương trình tiêm chủng mở rộng, do vậy trách nhiệm của gia đình, các bậc cha mẹ phải đưa con đi tiêm chủng theo đúng lịch.

NHỮNG BIẾN CHỨNG NGUY HIỂM CỦA THỦY ĐẬU MÀ CỘNG ĐỒNG CẦN BIẾT

Mỗi năm nước ta ghi nhận khoảng trên dưới 30.000 trường hợp mắc Thủy đậu, 90% bệnh nhân bị nhiễm thủy đậu là trẻ trong độ tuổi từ 2 - 7 tuổi. Thủy đậu tuy là bệnh lành tính, xong theo cảnh báo của các chuyên gia, bệnh này cũng có thể gây ra những biến chứng nguy hiểm cho người mắc...

Bệnh Thủy đậu sẽ phục hồi sau một quãng thời gian nhất định và không để lại di chứng gì nếu được chăm sóc đúng cách. Tuy nhiên, điều trị không đúng cách hoặc người bệnh không tuân thủ theo chỉ định của bác sĩ có thể sẽ gặp phải các biến chứng không mong muốn.

1. Các biến chứng có thể gặp

- Nhiễm trùng tại chỗ, tổn thương mụn nước có thể bị viêm nhiễm, hóa mủ, loét sâu xuống và vỡ ra. Chỗ tổn thương đó có thể rỉ máu, thường gặp những biến chứng này ở trẻ nhỏ do gãi nhiều.

- Vi rút Varicella - Zoster cũng có thể dẫn đến viêm phổi nếu trẻ bị mắc bệnh thủy đậu rất nặng. viêm phổi khi mắc thủy đậu cũng có thể xảy ra khiến trẻ có thể ho ra máu, khó thở, sốt cao, nguy cơ tử vong cao

- Một biến chứng khác của bệnh thủy đậu là biến chứng về thần kinh thường gặp là mất điều hòa tiêu não, viêm não, hội chứng Reye, viêm cột sống ngang, viêm màng não vô khuẩn, hội chứng Guillain-Barré. Rất hiếm khi vi rút có thể tấn công hệ thần kinh trung ương, dẫn đến viêm màng não hoặc viêm não. Nguy cơ xảy ra biến chứng này cao hơn ở những trẻ có hệ thống miễn dịch suy yếu, chẳng hạn như do ung thư hoặc đang sử dụng các thuốc ức chế miễn dịch (điều trị lupus ban đỏ hệ thống, viêm da cơ địa, vảy nến...).

- Khi bệnh thủy đậu đã khỏi, vi rút Varicella - Zoster không hoạt động nhưng chúng vẫn trú ngụ ở trong cơ thể trẻ. Các vi rút có thể hoạt động trở lại nhiều năm sau đó, dẫn đến bệnh zona thần kinh. Tình trạng này gây ra phát ban trên da và đau dây thần kinh bị tổn thương.

- Hội chứng Reye: Hiếm gặp, thường xảy ra ở trẻ 4 - 9 tuổi. Gây ra tình trạng bệnh não cấp tính kèm theo rối loạn chức năng gan, gan to.

Ngoài ra, một số biến chứng hiếm gặp khác: Suy thượng thận, viêm cầu thận, viêm cơ tim, biến chứng trên mắt.

2. Điều trị Thủy đậu như thế nào?

Bệnh Thủy đậu được điều trị chủ yếu là thuốc kháng vi rút, thuốc giảm đau, hạ sốt (paracetamol) theo hướng dẫn của bác sĩ khi bị sốt cao hoặc đau nhức do thủy đậu, đặc biệt giúp giảm đau khi có các tổn thương ở miệng.

Thuốc bôi tại chỗ nhằm mục đích chống bội nhiễm da như: Xanhmethylen, chỉ cần bôi những nốt phỏng đã vỡ để làm khô se bề mặt.

Trong trường hợp trẻ ngứa nhiều, bác sĩ có thể kê thêm thuốc kháng Histamin giúp trẻ giảm ngứa hơn. Bệnh cần được phát hiện sớm, điều trị đúng và kịp thời để giảm tối đa nguy cơ biến chứng và tránh bị sẹo xấu.

Chính vì vậy, cha mẹ khi thấy trẻ có biểu hiện thủy đậu cần đưa tới cơ sở y tế để được thăm khám và tư vấn cụ thể. Không tự ý mua thuốc, tự ý điều trị theo mách bảo.

TIÊM VẮC XIN- BIỆN PHÁP HIỆU QUẢ ĐỂ PHÒNG BỆNH THỦY ĐẬU

Hằng năm, bệnh Thủy đậu thường bắt đầu xuất hiện vào khoảng cuối tháng 12 và bùng phát vào thời điểm cuối xuân đầu hè khoảng từ tháng 2 đến tháng 4, tháng 5. Vì thế, đây là khoảng thời gian trẻ cần được bố mẹ chú ý bảo vệ sức khỏe, vệ sinh cá nhân sạch sẽ, giúp con tránh được những căn bệnh theo mùa.

Để tránh mắc Thủy đậu cha mẹ cần đưa trẻ đi tiêm phòng thủy đậu. Ngoài ra, cần thường xuyên vệ sinh tay sạch bằng xà phòng, hướng dẫn trẻ không đưa tay lên mắt, mũi, miệng. Khi nhà có trẻ bị bệnh, nên hạn chế tiếp xúc gần như ôm hôn, không dùng chung dụng cụ và thức ăn chung với trẻ khác. Cho trẻ nghỉ học cho đến khi mụn nước khô đóng vảy, tránh lây nhiễm cho bạn học, cần vệ sinh đồ dùng, các bề mặt trẻ hay chạm vào để làm sạch vi rút gây bệnh.

Tiêm vắc xin phòng ngừa bệnh thủy đậu khi nào?

Tiêm vắc xin thủy đậu là biện pháp phòng tránh thủy đậu hiệu quả và lâu dài nhất. Với trẻ em việc tiêm ngừa vaccine thủy đậu càng quan trọng. Nếu gia đình có trẻ nhỏ, hãy đưa trẻ tới cơ sở y tế uy tín để tiêm theo đúng liều lượng quy định.

Lịch tiêm gồm:

**** Trẻ từ 12 tháng đến 12 tuổi có lịch tiêm 2 mũi:***

- Mũi 1: lần tiêm đầu tiên.
- Mũi 2: 3 tháng sau mũi 1 (ưu tiên) hoặc hẹn mũi 2 lúc 4-6 tuổi.

**** Trẻ từ 13 tuổi trở lên và người lớn có lịch tiêm 02 mũi:***

- Mũi 1: lần tiêm đầu tiên.
- Mũi 2: cách mũi 1 ít nhất 01 tháng.

Khi tiếp xúc với người đang mắc bệnh thủy đậu mà bản thân chưa tiêm ngừa vắc xin thủy đậu, cần tiêm chủng trong 3 ngày sau đó.

Trường hợp nếu mắc bệnh Thủy đậu đã được bệnh viện khám, xét nghiệm, chẩn đoán và điều trị chính xác là bị bệnh thủy đậu thì không cần tiêm phòng bệnh thủy đậu nữa. Vì khi mắc bệnh Thủy đậu, cơ thể đã có miễn dịch tự nhiên với bệnh này. Ngược lại, nếu đã từng bị mụn nước và tự chữa tại nhà, không đến cơ sở y tế. Khi đó, không chắc chắn chính xác đó có phải là thủy đậu hay không, bởi vì có nhiều bệnh cũng có triệu chứng khá giống với bệnh thủy đậu như Zona... khiến nhiều người nhầm lẫn. Trong trường hợp này sẽ không xác định được cơ thể đã có kháng thể phòng bệnh hay chưa và nguy cơ bị lây bệnh Thủy đậu nếu có tiếp xúc rất cao. Tốt nhất hãy tiêm phòng thủy đậu để tránh trường hợp xấu xảy ra. Việc tiêm phòng ở người đã mắc Thủy đậu trước đó cũng không có hại gì.

TRIỆU CHỨNG CỦA BỆNH THỦY ĐẬU QUA TỪNG GIAI ĐOẠN

Thủy đậu là bệnh truyền nhiễm cấp tính do vi rút có tên Varicella gây ra. Bệnh có xu hướng gia tăng vào những tháng đầu xuân, đầu hè. Thời tiết giao mùa là yếu tố khiến bệnh thủy đậu bùng phát mạnh, số ca mắc bệnh tăng cao và 90% người bị nhiễm bệnh thủy đậu là trẻ trong độ tuổi từ 2 - 7 tuổi.

1. Bệnh Thủy đậu dễ lây lan

Bệnh thủy đậu do vi rút Varicella gây nên, vì vậy rất dễ lây truyền. Khi một người mang virus thủy đậu nói, hắt hơi nhảy mũi hoặc ho... thì các vi rút theo nước bọt, nước mũi bắn ra ngoài tan thành bụi, người khác hít phải bụi đó sẽ lây bệnh. Bệnh xảy ra phần nhiều ở trẻ em, nhưng cũng không ít người lớn mắc bệnh này. Thông thường, từ lúc nhiễm phải vi rút, đến lúc phát ra bệnh - được gọi là thời gian nung bệnh hoặc ủ bệnh là khoảng 2 - 3 tuần.

Bệnh cũng có thể lây lan qua sự tiếp xúc đến quần áo hoặc vải trải giường bị ô nhiễm bởi chất dịch từ ban ngứa hoặc từ miệng hay mũi của người bị bệnh. Những người có hệ miễn dịch suy yếu bị trái rạ, thì phải mất thời gian lâu hơn để những mụn thủy đậu của họ đóng vảy.

Mặc dù là bệnh lành tính - không có triệu chứng nặng nề ngoài những mụn nước, nhưng rất dễ gây nhiễm trùng da nơi mọc mụn nước, có thể dẫn đến nhiễm trùng huyết, viêm não... Phụ nữ mang thai mắc bệnh thủy đậu sẽ rất nguy hiểm cho thai nhi, có thể gây sảy thai hoặc để lại dị tật thai nhi.

2. Nhận biết bệnh thủy đậu qua các giai đoạn

Bệnh Thủy đậu có 4 giai đoạn phát triển, mỗi giai đoạn có dấu hiệu khác nhau. Cụ thể:

- Ở giai đoạn ủ bệnh

Đây là giai đoạn nhiễm vi rút, thời kỳ vi rút trong người và phát bệnh. Giai đoạn này kéo dài từ 10 - 20 ngày. Người mắc bệnh lúc này không có bất kỳ dấu hiệu gì, vì vậy rất khó để nhận biết.

- Ở giai đoạn khởi phát (phát bệnh)

Thời điểm phát bệnh với những triệu chứng như sốt nhẹ, nhức đầu, cơ thể mệt mỏi. Bắt đầu xuất hiện phát ban đỏ với đường kính vài milimet trong 24 - 48 giờ đầu. Một số bệnh nhân còn có hạch sau tai, kèm viêm họng.

- Ở giai đoạn toàn phát

Bệnh nhân bắt đầu sốt cao, chán ăn, buồn nôn, mệt mỏi, đau đầu và đau cơ. Các nốt ban đỏ bắt đầu có những nốt phỏng nước hình tròn, đường kính từ 1 - 3 mm. Các mụn nước gây ngứa và rát, rất khó chịu.

Những nốt mụn nước này xuất hiện toàn thân, mọc kín trên cơ thể bệnh nhân. Mọc cả vào niêm mạc miệng gây khó khăn trong việc ăn uống. Một số trường hợp

bị nhiễm trùng mụn nước sẽ có kích thước lớn hơn, dịch bên trong mụn nước màu đục do chứa mủ.

- Ở giai đoạn hồi phục

Sau từ 7 - 10 ngày phát bệnh, các mụn nước sẽ tự vỡ ra, khô lại và bong vảy dần hồi phục trở lại. Trong giai đoạn này cần vệ sinh các vết thủy đậu cẩn thận, tránh để nhiễm trùng.

3. Cần làm gì khi mắc Thủy đậu?

Hiện nay chưa có thuốc đặc trị Thủy đậu, chỉ có các loại thuốc và phương pháp hỗ trợ điều trị. Là bệnh lành tính do vậy có thể tự điều trị tại nhà theo chỉ định của bác sĩ. Các trường hợp bị biến chứng cần điều trị nội trú tại bệnh viện theo đúng liệu trình của bác sĩ. Để bệnh nhanh thuyên giảm và an toàn khi điều trị, cần lưu ý khi điều trị tại nhà:

- Người bệnh nên mặc đồ rộng, vải mềm và dễ thấm hút mồ hôi để tránh làm vỡ các nốt mụn nước, cần tránh ra gió nhiều. Không gãi vào các nốt mụn nước thủy đậu, tránh để dịch lây lan ra nhiều hơn.

- Cần giữ gìn vệ sinh cơ thể bằng các dung dịch sát khuẩn, sử dụng nước ấm để tắm rửa nhẹ nhàng, không dùng nước lạnh hoặc nước quá nóng.

- Khi có dấu hiệu của những biến chứng do thủy đậu gây ra, cần đưa người bệnh đến ngay bệnh viện uy tín để khám chữa kịp thời. Cần chủ động cách ly, tránh gây lây truyền bệnh sang cho người khác.

- Khi mụn nước bị vỡ ra, có thể sử dụng dung dịch xanh Methylen bôi lên. Tuyệt đối không được dùng thuốc bôi mỡ Tetaxilin và mỡ Penixilin hay thuốc đỏ.

- Tuyệt đối không dùng kem trị ngứa có chứa Phenol ở trẻ nhỏ dưới 6 tháng tuổi và phụ nữ mang thai.

VÌ SAO NÊN TIÊM PHÒNG VẮC XIN CHO TRẺ?

Tiêm phòng vắc xin là biện pháp đơn giản và hiệu quả để phòng ngừa các bệnh truyền nhiễm. Đặc biệt việc tiêm vắc xin cho trẻ sẽ giúp ngăn ngừa nguy cơ nhiễm bệnh và giảm nguy cơ đối mặt với các biến chứng nguy hiểm.

1. Tầm quan trọng của tiêm chủng vắc xin

Vắc xin được ra đời vào năm 1796 được coi là thành tựu vĩ đại của y học nhân loại. Bởi nó được coi là vũ khí hữu hiệu giúp phòng ngừa chủ động các bệnh truyền nhiễm nguy hiểm. Đồng thời làm giảm tỷ lệ mắc và tử vong ở bệnh nhân. Đã có khoảng 190 quốc gia đã đưa tiêm chủng vào trong chương trình phổ cập cho người dân. Có đến hơn 80% người được tiêm chủng không bị mắc bệnh. Không những thế tiêm vắc xin cho trẻ còn giúp giảm tỉ lệ tử vong cho trẻ dưới 5 tuổi trên toàn thế giới.

Bản chất của tiêm phòng vắc xin chính là việc sử dụng vắc xin để kích thích cơ thể sinh ra miễn dịch chống lại các tác nhân gây bệnh. Khi vắc xin được đưa vào cơ thể, hệ thống miễn dịch sẽ nhận diện vắc xin như một vật thể lạ và ghi nhớ chúng. Khi tác nhân gây bệnh xâm nhập vào cơ thể, hệ miễn dịch sẽ nhận ra và tạo ra các kháng thể chống lại tác nhân. Do đó, cơ thể không bị mắc bệnh.

2. Vì sao nên tiêm phòng vắc xin cho trẻ?

Vắc xin là chế phẩm sinh học có tính kháng nguyên được đưa vào cơ thể nhằm tạo ra các miễn dịch đặc hiệu. Và tiêm vắc xin cho trẻ cũng chính là cách đơn giản, an toàn, hiệu quả giúp bảo vệ con trẻ trước các bệnh truyền nhiễm bởi các lý do sau:

+ Trẻ em là đối tượng có hệ thống miễn dịch chưa hoàn chỉnh, sức đề kháng kém nên rất dễ bị nhiễm bệnh.

+ Khí hậu nhiệt đới gió mùa, nóng, ẩm ướt quanh năm tạo môi trường thích hợp để vi khuẩn phát triển và dễ bùng thành bệnh dịch.

+ Các bệnh truyền nhiễm thường rất dễ lây theo nhiều con đường khác nhau như: lây nhiễm qua đường hô hấp, đường máu, đường tình dục hoặc lây từ mẹ sang con,...

Tiêm phòng vắc xin đầy đủ theo đúng lịch tiêm chủng đã giúp bảo vệ trẻ em khỏi gần 30 bệnh lý nguy hiểm. Trong những năm tháng đầu đời trẻ rất dễ mắc các bệnh truyền nhiễm như viêm gan B, lao, ho gà, sởi, thủy đậu,... Chính vì vậy, việc tiêm vắc xin cho trẻ là biện pháp tốt nhất để ngăn ngừa bệnh cũng như hạn chế các biến chứng và giảm nguy cơ tử vong ở trẻ.

3. Những lưu ý khi tiêm phòng vắc xin cho trẻ

Tiêm chủng là cách tốt nhất để bảo vệ bé luôn khỏe mạnh. Tuy nhiên, cha mẹ cũng cần lưu ý những điểm sau khi đưa bé đi tiêm:

- Trước khi cho trẻ đi tiêm chủng cần cho trẻ ăn uống đầy đủ đảm bảo dinh dưỡng, sức khỏe. Tuy nhiên, không nên cho trẻ bú hoặc ăn quá no hoặc bị đói. Bởi khi bị đói trẻ rất dễ bị hạ đường huyết sau tiêm.

- Trước khi tiêm, cha mẹ nên trao đổi với bác sĩ về tình trạng sức khỏe của con mình (tiền sử tiêm chủng, bệnh tật, dị ứng, đang mắc các bệnh cấp tính như sốt, viêm phổi,...)

- Nên mặc cho bé những trang phục đơn giản, dễ thao tác khi tiêm. Và mang theo đầy đủ hồ sơ cũng như phiếu, sổ tiêm chủng của trẻ.

Sau tiêm trẻ cần ở lại điểm tiêm chủng theo dõi ít nhất 30 phút, tiếp tục theo dõi tại nhà ít nhất 24 giờ sau tiêm về các dấu hiệu: toàn trạng, tinh thần, ăn, ngủ, thở, phát ban, triệu chứng tại chỗ tiêm, thông báo cho nhân viên y tế nếu có dấu hiệu bất thường.

- Đến ngay cơ sở y tế gần nhất nếu sau tiêm chủng có một trong các dấu hiệu như sốt cao ($\geq 39^{\circ}\text{C}$), co giật, trẻ khóc thét, quấy khóc kéo dài, li bì, bú kém, khó thở, tím tái, phát ban và các biểu hiện bất thường khác hoặc khi phản ứng thông thường kéo dài trên 24 giờ sau tiêm chủng.

- Trong trường hợp trẻ sốt nhẹ nên chườm ấm cho trẻ và chỉ sử dụng thuốc hạ sốt khi sốt trên $38,5^{\circ}\text{C}$.