BÀI TUYÊN TRUYỀN CÁCH PHÒNG, CHỐNG BỆNH SỞI VÀ RUBELLA



**1. Nguyên nhân gây bệnh:**

   Bệnh sởi và rubella là những bệnh  truyềnnhiễm cấp tính do virut gây ra và bệnh rất dễ lây lan vì vậy có thể tạo thành các ổ dịch tại các lớp học , cộng đồng hoặc trong bệnh viện khi có một trường hợp mắc bệnh và có thể lan rộng trên cộng đồng. Điều kiện thuận lợi để bệnh lan rộng là: điều kiện sống chật chội, thiếu ánh sáng thiếu điều kiện vệ sinh ( lớp học , nhà trọ , ký túc xá )….

**2. Bệnh lây lan như thế nào?**

     Bệnh lây truyền một cách dễ dàng từ người bệnh sang người lành qua những giọt nước bọt nhỏ li ti khi ho, hắt hơi. Những giọt nước bọt, nước mũi chứa rất nhiều vi rut Rubella. Sự lây truyền có thể do tiếp xúc gián tiếp qua các vật dụng khăn mặt dùng chung , đồ chơi , ly nước uống chung… sự lây truyền có thể xảy ra 1 tuần trước khi phát ban và kéo dài đến 4 ngày sau khi hết ban.

    Mọi người chưa bị mắc bệnh bao giờ hoặc chưa được têm chủng vắc xin phòng bệnh sởi rubella đầy đủ đều có thể bị mắc, sởi, rubella.

**3. Triệu chứng và dấu hiệu của bệnh:**

**-  Thời gian ủ bệnh:**

    là bệnh là từ 2-4 tuần đây là thời kỳ virut đã xâm nhập vào cơ thể nhưng người bệnh vẫn cảm thấy khỏe mạnh.

* **Thời kỳ khởi phát:**

    3-4 ngày, sốt nhẹ, vừa, hoặc cao. Kéo dài 1-2 ngày kèm theo đau nhức vùng sau gáy, sờ thấy có nổi hạch nhấn đau. Hạch thường có ở vùng sau tai, góc hàm. Trong thời gian này bệnh nhân cảm thấy nhức đầu, mệt mỏi, uể oải, lòng trắng của mắt bắt đầu đỏ nhẹ. Thời kỳ này kéo dài trong vòng một ngày. Khi ban đỏ bắt đầu nổi trên da.

**- Thời kỳ toàn phát:**

          Sau 4-6 ngày ban bắt đầu mọc, là loại ban dát sẩn, ban nhỏ hơi nổi gờ trên mặt da. Ban mọc rải rác hoặc dính liền thành đám

[](https://thcssoncam2.thainguyen.edu.vn/upload/50599/fck/files/1(29).jpg)

**\* Đặc điểm là ban mọc có trình tự và lặn cũng có trình tự:**

          - Ngày một mọc ở sau tai, lan ra mặt.

          - Ngày hai mọc lan đến ngực và tay.

          - Ngày ba mọc đến lưng và chân.

          Ban mọc ở bên trong (gọi là nội ban) ở đường tiêu hóa gây rối loạn tiêu hóa, đi lỏng ở phế quản gây viêm phế quản, ho.

          - Toàn Thân: khi ban bắt đầu mọc thì sốt cao toàn thân nặng lên. Khi ban mọc đến chân thì nhiệt độ giảm, toàn thân giảm.

          - Đến ngày thứ 6 ban bắt đầu bay theo trình tự như khi ban mọc.

**4. Biến chứng**:

       Đường hô hấp: Viêm thanh quản, viêm phế quản, phế quản phế viêm.

          Thần kinh: Viêm não, màng não, tủy cấp, viêm màng não, viêm não chất trắng bán cấp xơ hóa.

          Đường tiêu hóa: Viêm niêm mạc miệng, cam tẩu mã, viêm ruột.

         Tai mũi họng: viêm mũi họng bội nhiếm viêm tai. Rất nguy hiểm nếu phụ nữ có thai mắc bệnh sẽ có khả năng gây ra dị tật bẩm sinh là rất cao.

**5. Biện pháp phòng bệnh:**

          - Hãy đưa trẻ đi tiêm truyền ngay khi trẻ đủ 9 tháng tuổi và tiêm nhắc lại sởi mũi 2 và rubella khi trẻ đủ 18 tháng tuổi theo tiêm chủng mở rộng quốc gia tại các trạm y tế.

[](https://thcssoncam2.thainguyen.edu.vn/upload/50599/fck/files/2(33).jpg)

          - Người lớn chưa bị mắc bệnh sởi, rubella hoặc chưa tiêm chủng đầy đủ trong gia đình có trẻ nhỏ phụ nữ trước khi mang thai 3 tháng cần chủ động đi tiêm vắc xin phòng bệnh sởi rubella.

          - Thường xuyên vệ sinh đường mũi họng, mắt hàng ngày cho trẻ. Với người lớn sau khi đi ra ngoài đường về cần vệ sinh mũi họng, bàn tay thay quần áo rồi mới tiếp xúc với trẻ.

          - Thường xuyên mở cửa sổ, cửa chính để ánh nắng chiếu vào.

          - Hạn chế tiếp xúc với người mắc / nghi mắc bệnh, khi phải tiếp xúc với người bệnh phải đeo khẩu trang y tế. Phụ nữ có thai tuyệt đối không tiếp xúc với người mắc bệnh sởi, rubella.

          - không cho trẻ em dùng chung vật dụng cá nhân ( khăn mặt , bàn chải , kính , cốc , chén , bát , đũa,)…đồ chơi hoặc đồ vặt dễ bị ô nhiễm.

          - Lau sàn nhà ,tay nắm cửa, mặt bàn, ghế khu vệ sinh chung, che miệng khi ho, hắt hơi.

          - Hạn chế tập chung đông người, hội họp.

          - Cho trẻ ăn uống đầy đủ chất dinh dưỡng hợp lý. Tăng cường ăn hoa quả như cam, chanh và các vitamin.

          - Rửa tay bằng xà phòng sau khi tiếp xúc với người bệnh.