**BÀI TUYÊN TRUYỀN PHÒNG CHỐNG DỊCH BỆNH TAY CHÂN MIỆNG**

**Nguyên nhân**

Bệnh chưa có thuốc điều trị đặc hiệu và vaccin phòng bệnh, nên cần phát hiện sớm và điều trị kịp thời. Virut đường ruột là nguyên nhân chính gây bệnh Virut Entero 71 được xác định gây bệnh chân tay miệng là một loại virut đường ruột, gây bệnh chủ yếu lây nhiễm qua đường tiêu hóa, trực tiếp phân - miệng hoặc gián tiếp qua nước, thực phẩm, tay bẩn... bị ô nhiễm phân người bệnh.

**Triệu chứng của bệnh**

Triệu chứng bắt đầu xuất hiện sau khi nhiễm virus từ 3-6 ngày. Biểu hiện sớm nhất của bệnh là mệt mỏi, sốt nhẹ (38 - 38,5oC), đau họng, sổ mũi diễn ra trong vài ngày. Sau đó bệnh sang giai đoạn toàn phát.

Đầu tiên là sự xuất hiện các mụn nước ở niêm mạc miệng, thường là ở mặt trong má, lợi, mặt bên của lưỡi; các mụn nước có kích thước nhỏ (2-3mm) nằm trên một nền niêm mạc viêm đỏ. Các mụn nước trong miệng thường dập vỡ rất nhanh tạo ra các vết trợt loét rất đau rát làm bệnh nhân khó ăn uống.

Tiếp theo, xuất hiện các mụn nước, bọng nước ở bàn chân, bàn tay, đôi khi gặp cả mụn nước, bọng nước ở mông. Các mụn nước, bọng nước này thường không gây đau rát; chúng tồn tại trong vòng 7 đến 10 ngày rồi xẹp xuống và tự mất đi kể cả khi không được điều trị.

Bệnh nhân có khả năng lây bệnh cho người khác qua đường hô hấp trong 1 tuần đầu bị bệnh. Bệnh nhân còn có khả năng đào thải virus qua phân trong vòng vài tuần sau.

Sau khi khỏi bệnh, cơ thể bệnh nhân có miễn dịch với chủng virus gây bệnh, nhưng một người có thể bị bệnh tay chân miệng nhiều lần nếu lần sau bị nhiễm các chủng virus khác với những lần trước.

Bệnh thường gặp ở trẻ dưới 10 tuổi, tuy nhiên người lớn chưa có miễn dịch với bệnh cũng có thể mắc bệnh.

**Biến chứng**

Bệnh chân tay miệng là căn bệnh thường gặp ở trẻ em và rất nguy hiểm nếu không biết cách phát hiện, phòng tránh và điều trị kịp thời. Nguy hiểm hơn là bệnh có thể để lại biến chứng gây nên viêm màng não, viêm cơ tim... có thể gây tử vong. Dịch tễ học Bệnh thường gặp ở trẻ dưới 3 tuổi và rất ít thấy ở trẻ trên 5 tuổi.

**Điều trị**

Cần đưa bệnh nhân đến khám và điều trị tại các cơ sở y tế chuyên khoa da liễu hoặc truyền nhiễm, không được tự mua thuốc điều trị để tránh các biến chứng. Hiện không có thuốc đặc hiệu diệt virus gây bệnh tay chân miệng.

Các biện pháp điều trị chủ yếu là:

- Chăm sóc bệnh nhân.

- Cho bệnh nhân dùng các loại thuốc hạ sốt, giảm đau; bù đủ nước cho bệnh nhân nếu có sốt cao.

- Bệnh nhân cần được ăn đủ dinh dưỡng, ăn thức ăn lỏng, dễ tiêu;

- Thường xuyên vệ sinh miệng bằng các dung dịch sát khuẩn.

- Tại các thương tổn ngoài da, bôi các dung dịch sát khuẩn để tránh bội nhiễm.

- Khi có biến chứng viêm não, màng não, viêm cơ tim, viêm phổi phải nhập viện để có biện pháp điều trị tích cực.

**Phòng ngừa**

Hiện tại vẫn chưa có vaccin phòng bệnh chân tay miệng. Trong vùng dịch, biện pháp hữu hiệu nhất để khống chế dịch là phòng lây lan bệnh sang người lành. Các biện pháp phòng ngừa là:

- Người lành, nhất là trẻ em nên hạn chế tiếp xúc với bệnh nhân nếu không thực sự cần thiết.

- Sau khi chăm sóc bệnh nhân, cần rửa tay kỹ với xà phòng.

- Không được chọc vỡ các mụn nước bọng nước trên da bệnh nhân

- Giặt các đồ dùng của bệnh nhân và lau phòng ở của bệnh nhân bằng các dung dịch sát khuẩn có chlor.

- Cần theo dõi chặt chẽ những trẻ có biểu hiện sốt trong vùng dịch.

- Cho trẻ nghỉ học cho đến khi khỏi bệnh.

- Rửa tay kỷ với xà phòng bằng các bước như sau:

**Bước 1**: Làm ướt hai bàn tay bằng nước sạch. Thoa xà phòng vào lòng bàn tay. Chà xát hai lòng bàn tay với nhau.

**Bước 2**: Dùng ngón tay và lòng bàn tay này cuốn và xoay lần lượt từng ngón của bàn tay kia và ngược lại.

**Bước 3**: Dùng lòng bàn tay này chà xát chéo lên mu bàn tay kia và ngược lại.

**Bước 4**: Dùng đầu ngón tay của lòng bàn tay này miết vào kẽ giữa các ngón tay của bàn tay kia và ngược lại.

**Bước 5**: Chụm 5 đầu ngón tay của tay này cọ vào lòng bàn tay kia bằng cách xoay đi, xoay lại.

**Bước 6**: Xà cho tay sạch hết xà phòng dưới nguồn nước sạch. Lau khô tay bằng khăn hoặc giấy sạch.

Cần chú ý thêm là thời gian cho mỗi lần rửa tay tối thiểu là 1 phút, các bước 2, 3, 4, 5 lặp lại tối thiểu 5 lần mỗi bước. Mỗi lần rửa tay bằng xà phòng, nhất thiết cần tuân thủ đầy đủ trình tự 6 bước như trên mới có thể đảm bảo tiêu diệt tối đa vi khuẩn, giảm xuống tối thiểu khả năng mắc bệnh và lây lan bệnh tật qua những bàn tay bẩn.

Khi tuân thủ đúng các bước này và rửa tay nhiều lần trong ngày, dịch bệnh lây truyền sẽ không còn là nỗi lo của bạn và những người xung quanh bạn nữa.

**Trên đây là những thông tin cần thiết về dịch bệnh tay chân miệng. Cán bộ giáo viên, nhân viên và các bậc phụ huynh cần lưu ý chăm sóc tốt cho trẻ tránh để trẻ lây lan bệnh.**