**TRƯỜNG TIỂU HỌC THANH AM**

**TUYÊN TRUYỀN PHÒNG CHỐNG BỆNH SỐT VIRUT**

**Sốt virus là bệnh lây lan rất nhanh và dễ biến chứng nguy hiểm nếu không được xử lý kịp thời, nhiều nhất là ở trẻ em và đặc biệt là trong khoảng thời gian giao mùa nóng - lạnh.**

 Sốt virus hay còn gọi là sốt siêu vi thường do nhiều loại virus gây ra, phổ biến nhất là virus đường hô hấp. Nguyên nhân của bệnh là do thời tiết nắng mưa thất thường tạo điều kiện cho các loại virus gây bệnh phát triển mạnh, đặc biệt với trẻ em, sức để kháng còn yếu nên rất dễ mắc bệnh hơn người lớn.

Thông thường, sốt virus là bệnh dễ lây, virus có thể lây từ người này sang người khác, đặc biệt là nhiễm qua đường hô hấp, tiêu hóa. Vì thế, nếu có triệu chứng sốt do virus, người bệnh nên hạn chế tiếp xúc với người khác để tránh lây cho người thân trong gia đình và mọi người xung quanh.

2. Triệu chứng của sốt virus

-Trẻ bị sốt virus thường sốt cao đột ngột 39 - 40 độ C, đi kèm một số dấu hiệu khác như:

- Đau cơ bắp.

- Phát ban: Ở một số bé thường bị nổi ban sau 2 - 3 ngày bị sốt

Trẻ bị sốt virus thường sốt rất cao.

- Mắt nhìn mờ: Trẻ bị chảy nước mắt, kết mạc mắt có thể đỏ, có gỉ mắt,... khiến khi nhìn mọi vật bị mờ đi.

- Nôn: Trẻ thường nôn nhiều lần, nhất là sau bữa ăn.

3. Những biến chứng nguy hiểm của sốt virus

 Sốt virus có thể biến chứng thành các bệnh như:

- Viêm phổi: Đây là biến chứng nặng thường gặp với diễn biến phức tạp và nguy hiểm.

- Viêm tiểu phế quản: Hay gặp ở trẻ dưới 1 tuổi, đây cũng là biến chứng rất nặng có thể xảy ra với trẻ nhỏ.

- Viêm thanh quản: Khi thanh quản bị sưng phù có thể khiến trẻ bị khó thở, thở rít.

- Viêm cơ tim, gây loạn nhịp tim, ngừng tim

4. Cách điều trị  sốt virus

-  Uống thuốc hạ sốt nếu sốt trên 38,5 độ dùng thuốc hạ sốt theo chỉ định của bác sỹ.

- Vệ sinh sạch sẽ bằng cách nhỏ mắt, mũi bằng nước muối sinh lý tránh bội nhiễm vi khuẩn đường hô hấp.

- Cần bổ sung thêm vitamin C để tăng sức đề kháng.

- Bổ sung chất dinh dưỡng bằng việc uống thêm sữa, nước cam, hoa quả, vitamin C để nâng cao sức đề kháng cho cơ thể để đẩy lùi cơn sốt.

5. Cách phòng bệnh sốt virus

**Sốt virus** là căn bệnh truyền nhiễm rất dễ lây từ người này qua người khác bằng con đường tiếp xúc. Do đó, các bạn cần có biện pháp phòng trừ bệnh bằng cách:

-Luôn rửa tay sạch sẽ trước khi ăn, sau khi đi vệ sinh bằng dung dịch vệ sinh sát khuẩn.

-Vệ sinh thân thể sạch sẽ hàng ngày.

-Tăng cường ăn thêm nhiều hoa quả có vitamin C để tăng sức đề kháng phòng chống bệnh.

-Khi phát hiện bị sốt virus nên nghỉ học, nghỉ làm để tránh lây nhiễm cho cộng đồng.

-Vào mùa dịch hạn chế đến chỗ đông người, nên mở cửa sổ để cho không khí được lưu thông và sạch sẽ hơn.

|  |  |
| --- | --- |
| **KT HIỆU TRƯỞNG****PHÓ HIỆU TRƯỞNG****Ngô Xuân Trực** | **CBYT****Trần Ánh Tuyết** |