

Khuyến cáo phòng chống bệnh cúm mùa

Để chủ động phòng chống cúm mùa, Bộ Y tế khuyến cáo người dân thực hiện tốt các nội dung sau:

1. Đảm bảo vệ sinh cá nhân, che miệng khi hắt hơi, thường xuyên rửa tay với xà phòng, vệ sinh mũi, họng hàng ngày bằng nước muối.
2. Giữ ấm cơ thể, ăn uống đủ chất để nâng cao thể trạng.
3. Tiêm vắc xin cúm mùa phòng bệnh.
4. Hạn chế tiếp xúc với bệnh nhân cúm hoặc các trường hợp nghi ngờ mắc bệnh khi không cần thiết.
5. Khi có triệu chứng ho, sốt, sổ mũi, đau đầu, mệt mỏi cần đến ngay cơ sở y tế để được khám, xử trí kịp thời.

Khuyến cáo phòng chống bệnh cúm A/H1N1

Nhằm đảm bảo sức khỏe cộng đồng phòng chống bệnh cúm A/H1N1, Bộ Y tế khuyến cáo:

1. Tăng cường vệ sinh cá nhân, thường xuyên rửa tay bằng xà phòng, che miệng và mũi khi ho, hắt hơi.
2. Vệ sinh và mở cửa thoáng mát nơi ở, lớp học, phòng làm việc; lau chùi bề mặt, vật dụng bằng hoá chất sát khuẩn thông thường.
3. Người dân nên tự theo dõi sức khỏe hàng ngày, nếu có biểu hiện sốt, ho, đau họng...thì thông báo cho trường học, cơ quan, đoàn thể nơi đang học tập, công tác và cơ sở y tế địa phương. Nếu được xác định mắc cúm thì cần được cách ly và đeo khẩu trang.
4. Những người mắc bệnh mạn tính, phụ nữ mang thai, người già, trẻ em cần tránh tiếp xúc với người nghi ngờ mắc bệnh.
5. Tránh tiếp xúc với người mắc hoặc nghi mắc bệnh cúm.
6. Cần đeo khẩu trang y tế và giữ khoảng cách trên 01 mét nếu phải tiếp xúc với người bệnh.
7. Không tự ý sử dụng thuốc đặc biệt là thuốc kháng vi rút như Tamiflu mà phải tuân theo hướng dẫn của thầy thuốc