**BÀI TUYÊN TRUYỀN PHÒNG, CHỐNG BỆNH SỞI**

Như chúng ta đã biết bây giờ là cuối mùa xuân, thời tiết nóng và ẩm, sức đề kháng của cơ thể suy giảm, nhất là đối với trẻ em. Với kiểu thời tiết như vậy, chúng ta có thể rất dễ mắc bệnh. Một trong các bệnh hay gặp vào thời điểm giao mùa chính là bệnh sởi. Từ đầu năm đến nay, 63/63 tỉnh, thành phố đã có nhiều người mắc bệnh sởi; tổng số mắc trên 8.800 ca, số tử vong do sởi và liên quan đến sởi là 112 ca, ở miền Bắc số mắc trên 3.000 ca, cao nhất là Hà Nội 1.052 ca mắc và có 14 ca tử vong; tại Hải Phòng đến ngày 17 tháng 4/2014 đã ghi nhận trên 100 ca mắc sởi, trong đó có 01 ca tử vong, trên địa bàn huyện có 04 ca mắc.

**1. Nguyên nhân gây bệnh:**

Bệnh sởi do vi rút sởi thuộc nhóm Paramyxovirus gây nên. Đây là loại vi rút có sức chịu đựng yếu, dễ bị tiêu diệt bởi các thuốc sát khuẩn thông thường, ánh sáng mặt trời…virus sởi tồn tại ở họng và máu bệnh nhân từ cuối thời kì ủ bệnh đến sau khi phát ban một thời gian ngắn. Bệnh rất dễ lây, thường gặp ở trẻ em, gây viêm long ở kết mạc mắt, đường hô hấp, tiêu hoá và các phát ban đặc hiệu. Có nhiều biến chứng nặng nề.

**2. Đường lây:**

Người là nguồn bệnh duy nhất, lây trực tiếp qua đường hô hấp. Đặc biệt ở trẻ em chưa có miễn dịch, trẻ em từ 2 - 6 tuổi mắc bệnh nhiều.

**3. Biểu hiện của bệnh sởi:**

Thời kì khởi phát:

- Biểu hiện: Sốt 38,5oC - 40oC, nhức đầu, mệt mỏi …

- Xuất tiết niêm mạc: Kết mạc đỏ, phù mi mắt, chảy nước mắt, sợ ánh sáng. Sổ mũi, hắt hơi, khản tiếng, ho khan, có khi có ít đờm. Tiêu hoá có nôn, chớ, đi ngoài phân lỏng.

- Có hạt nội ban: Trên nền niêm mạc má đỏ hồng nổi lên những chấm trắng, nhỏ, đường kính khoảng 1mm

- Khi phát ban ra ngoài, đầu tiên ban sởi mọc ở chân tóc, sau tai, sau gáy, trán, má đầu, mặt, cổ…

**4. Phòng bệnh:**

**- Tiêm phòng vắc-xin:**

Để phòng ngừa bệnh sởi, tiêm vắc xin sởi là biện pháp phòng bệnh hiệu quả nhất. Để phòng bệnh có hiệu quả, trẻ em cần được tiêm 2 mũi. Mũi thứ nhất được tiêm khi trẻ 9 tháng tuổi, mũi thứ hai được tiêm khi trẻ 18 tháng tuổi.

Những ai chưa được tiêm ngừa vắc-xin sởi từ bé thì nên đi tiêm phòng, những người đã được tiêm đủ 2 mũi vắc-xin sởi từ bé thì không nên đi tiêm nữa.

**- Vệ sinh cá nhân:**

+ Đeo khẩu trang khi tiếp xúc với người bệnh và người nghi bị bệnh.

+ Rửa tay bằng xà phòng sau khi tiếp xúc với người bệnh và người nghi bị bệnh.

+ Che miệng khi ho, hắt hơi.

**- Dinh dưỡng hợp lý:**  cha mẹ trẻ em cần nâng cao sức đề kháng cho trẻ bằng cách tăng cường dinh dưỡng đầy đủ, đề phòng trẻ bị suy dinh dưỡng. Bổ sung dinh dưỡng cho trẻ bằng cách uống nhiều nước hoa quả, ăn lỏng, đủ chất dinh dưỡng, không nên kiêng khem quá.

**- Vệ sinh môi trường:**

Tẩy trùng sàn nhà, đồ chơi trẻ em. Trong trường hợp nhà có người bệnh thì phải tẩy trùng dụng cụ, vật dụng của người bệnh bằng dung dịch cloramin B.

-**Tránh cho trẻ tiếp xúc với nguồn bệnh:**Trong trường hợp môi trường của trẻ có người mắc sởi, cần cho trẻ tránh tiếp xúc để giảm nguy cơ lây nhiễm bệnh sởi. Trong trường hợp nhà có người bị mắc sởi, cần cách ly người bệnh để tránh lây lan cho cộng đồng: trẻ em phải nghỉ học, người lớn phải nghỉ làm 5 ngày kể từ khi bắt đầu phát ban.