

## **BỆNH CÚM VÀ CÁCH PHÒNG CHỐNG**

**1. Bệnh cúm:** Bệnh Cúm do virus Cúm gây ra và là một bệnh truyền nhiễm qua đường hô hấp gây dịch, có thể thành đại dịch. Biểu hiện của bệnh cúm: sốt, mệt mỏi toàn thân, đau đầu, đau mỏi người, các biểu hiện viêm đường hô hấp như đau họng, chảy nước mũi, ho, tức ngực.

### **2. Sự nguy hiểm của bệnh cúm:**

- Viêm phổi dẫn tới suy hô hấp nặng và có thể tử vong. Thậm chí dẫn đến tử vong rất cao với các chủng Cúm gia cầm.
- Bệnh Cúm có thể làm nặng thêm các bệnh đã mắc từ trước hoặc bùng phát những bệnh mắc tiềm tàng.
- Nếu người mẹ bị Cúm trong 3 tháng đầu của thai kỳ, thai nhi có thể bị các dị tật bẩm sinh như sứt mũi, hở hàm ếch, tim bệnh sinh, não tụ huyết,...
- Thai phụ bị Cúm, nhất là trong 3 tháng cuối thai kỳ có thể bị sảy thai, thai chết lưu, đẻ non...
- Người mắc bệnh mạn tính, Phụ nữ mang thai, nhân viên y tế, người cao tuổi đặc biệt người mắc bệnh tiểu đường là nhóm nguy cơ cao dễ mắc cúm với biến chứng nhanh và nguy hiểm đến tính mạng.
- Biến chứng; viêm tai, viêm phế quản, viêm phổi, viêm não, tử vong

### **3. Cách phòng tránh:**

- Hạn chế tiếp xúc với người bị Cúm hoặc khi tiếp xúc phải đeo khẩu trang.
- Rửa tay thường xuyên bằng xà phòng hoặc nước sát khuẩn nhanh.
- Hỗ trợ bảo vệ niêm mạc đường hô hấp (mũi, miệng) là nơi “cửa ngõ” xâm nhập của virus Cúm.
- Tiêm Vaccin Cúm.

### **4. Lịch tiêm:**

- Đối với trẻ > 6 tháng tuổi và người lớn: tiêm bắp 1 liều 0,5ml
- Đối với trẻ dưới 9 tuổi mà chưa tiêm phòng Vaccine cúm bao giờ thì nên nhắc lại 1 mũi cách 04 tuần sau khi tiêm mũi 1.

***BIỆN PHÁP PHÒNG BỆNH CÚM TỐT NHẤT LÀ TIÊM PHÒNG VẮC XIN CÚM  
TIÊM VẮC XIN CÚM CÒN GIÚP GIẢM NGUY CƠ BIẾN CHỨNG:  
NHIỄM TRÙNG HUYẾT, ĐỘT QUY, TẮC TĨNH MẠCH SÂU***