**SỐT XUẤT HUYẾT VÀ CÁCH PHÒNG TRÁNH**

Mùa mưa đến thường là lúc muỗi phát triển sinh sôi nảy nở, cũng thường là lúc chúng ta dễ mắc sốt xuất huyết, nhất là trẻ em, học sinh. Tại nhiều địa điểm khác trên địa bàn thành phố Hà Nội, diễn biến của bệnh sốt xuất huyết cũng đang một nóng lên. Theo tin từ Trung tâm y tế dự phòng Hà Nội, mỗi tuần toàn thành phố có thêm hàng trăm ca mắc bệnh, xuất hiện ở tất cả các quận huyện và tập trung nhiều ở các quận nội thành do mật độ dân số cao, ô nhiễm môi trường nặng.

***Sốt xuất huyết có những biến chứng chết người tiềm tàng. Nó có thể gây:***

- Sốt cao đột ngột, liên tục kéo dài từ 2 đến 7 ngày.

- Xuất huyết dưới dạng chấm màu đỏ rải rác trên da.

- Mệt mỏi, đau cơ, nhức khớp, chán ăn, đau bụng, chảy máu cam.

- Hạ huyết áp, chân tay lạnh.

Nếu để bệnh tiến triển nặng: sốt cao 39 đến 40 độ C kèm theo nôn ra máu, đi ngoài phân đen hoặc máu sẽ dẫn tới trụy mạch (có nghĩa là huyết áp không đo được và không bắt được mạch) dẫn tới tử vong.

**NGUYÊN NHÂN CỦA BỆNH, CÁCH LÂY TRUYỀN :**

– Bệnh SXH do virus Dengue (Đen-gơ) gây nên. Virus Dengue lây truyền từ người bệnh sang người lành qua loài muỗi có tên là Aedes aegypti (An-des-ê-gyp-ti) thường được gọi là muỗi vằn.

– Muỗi vằn có màu đen, trên thân và chân có những đốm trắng. Muỗi thường đậu ở quần áo, chăn, màn trong nhà.

– Muỗi vằn hoạt động hút máu và ban ngày, cao nhất là vào sáng sớm và chiều tối.

**CÁCH PHÒNG CHỐNG BỆNH SỐT XUẤT HUYẾT:**

**Hiện nay chưa có vắc xin phòng bệnh và thuốc điều trị đặc hiệu để phòng bệnh. Cách phòng bệnh tốt nhất hiện nay là đảm bảo các điều kiện vệ sinh sạch sẽ như:**

- Loại bỏ nơi sinh sản của muỗi, diệt muỗi, bọ gậy bằng cách: đậy kín tất cả các vật dụng chứa nước ăn uống sinh hoạt như bể, chum vại, lu, thạp đựng nước.

- Thả cá vào bể, giếng, chum vại để diệt lăng quăng.

-  Thu gom hủy các vật dụng phế thải xung quanh nhà như: chai, lọ, vỏ dừa…. dọn vệ sinh môi trường, lật úp các dụng cụ chứa nước khi không dùng đến.

- Súc rửa chum, vại, lu, …hàng tuần.

- Loại bỏ các hốc chứa nước tự nhiên như hốc cây, kẽ lá, gốc tre …

- Khi xảy ra dịch cần tăng cường các biện pháp chống dịch, làm giảm nhanh mật độ muỗi trong cộng đồng bằng cách phun hóa chất diệt muỗi.

\***Phòng muỗi đốt**:

- Mặc quần áo dài tay che kín tay chân.

- Ngủ trong màn kể cả ban ngày.

- Dùng binh xịt muỗi, vợt điện diệt muỗi …

- Dùng rèm che, màn tẩm hóa chất diệt muỗi.

- Cho người bệnh SXH nằm trong màn, tránh muỗi đốt để không lây bệnh sang người khác.

\***Đối với trường học**:

- Dọn vệ sinh sạch sẽ trước và trong lớp trước khi vào tiết học, luôn giữ vệ sinh trong suốt buổi học.

- Đối với những lớp có để hoa trong phòng thì nên thay nước hằng ngày và tốt nhất là bỏ cát vào lọ cắm hoa.

- Trong ngăn bàn học sinh không để rác, các vỏ bánh kẹo vì ở đó sẽ tạo điều kiện thuận lợi cho muỗi ẩn nấp trong khi các em ngồi học có thể bay ra và đốt.

- Tất cả các thùng rác trong phòng phải luôn được đổ rác và được rửa sạch sẽ sau khi thu dọn vệ sinh xong.

 - Các phòng học bộ môn cũng phải dọn dẹp vệ sinh sạch sẽ sau các tiết học.

\* Khi học sinh phát hiện ra mình bị mắc bệnh thì phải báo ngay cho người lớn trong gia đình để đưa đến cơ sở y tế kịp thời.

\* Khi học tập tại trường nếu học sinh phát hiện mình có biểu hiện bị bệnh các em phải báo ngay cho GVCN hoặc GV bộ môn đang dạy để được nhân viên y tế kiểm tra và đưa ra hướng giải quyết.

**Vì sức khỏe của mỗi gia đình và của cả cộng đồng. Nhà trường kêu gọi tất cả mọi người hãy quan tâm thực hiện tốt các biện pháp phòng chống bệnh sốt xuất huyết với khẩu hiệu: “ Không có lăng quăng, không có muỗi vằn, không có sốt xuất huyết”.**