

BỆNH CÚM MÙA

NHỮNG ĐIỀU CẦN BIẾT

Bệnh cúm mùa là bệnh nhiễm vi rút cấp tính đường hô hấp. Bệnh ghi nhận quanh năm và tăng cao vào mùa đông xuân.

BIỂU HIỆN



Sốt, mệt mỏi



Đau đầu



Đau cơ



Sổ mũi



Đau họng



Ho

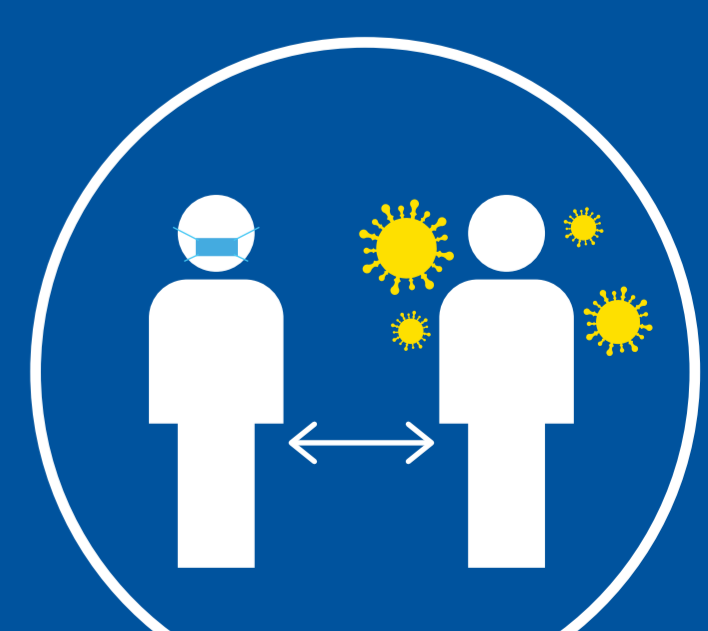
Thông thường bệnh diễn biến nhẹ và hồi phục trong vòng 2-7 ngày.

Tuy nhiên, bệnh có thể diễn biến nặng trên các nhóm đối tượng:

- Trẻ em
- Người cao tuổi
- Phụ nữ mang thai
- Người có bệnh mãn tính hoặc suy giảm miễn dịch

BIỆN PHÁP PHÒNG BỆNH

- Người dân khi có triệu chứng ho, sốt, sổ mũi, đau đầu, mệt mỏi, không tự ý làm xét nghiệm và mua thuốc điều trị tại nhà mà cần liên hệ với cơ sở y tế để được tư vấn, khám và xử trí kịp thời.
- Che miệng và mũi khi ho hoặc hắt hơi, tốt nhất che bằng khăn vải hoặc khăn tay hoặc khăn giấy dùng một lần hoặc ống tay áo để làm giảm phát tán các dịch tiết đường hô hấp.
- Đeo khẩu trang, rửa tay bằng xà phòng và nước sạch hoặc dung dịch sát khuẩn tay (nhất là sau khi ho, hắt hơi). Không khạc nhổ bừa bãi nơi công cộng.
- Hạn chế tiếp xúc với người mắc bệnh cúm hoặc các trường hợp nghi ngờ mắc bệnh khi không cần thiết.
- Thực hiện lối sống lành mạnh, tăng cường vận động thể lực, nâng cao sức khỏe.



ĐƯỜNG LÂY TRUYỀN

Tiếp xúc với dịch tiết mũi họng của người bệnh khi họ:



Ho khạc



Hắt hơi



Nói chuyện

Hoặc tiếp xúc với các đồ vật, bề mặt nhiễm vi rút:

