



BỆNH CÚM HEO

Cúm heo là gì?

Bệnh Cúm Heo (swine flu) là một chứng bệnh về đường hô hấp của heo, do các loại virus Cúm loại A thường gây ra dịch cúm trong loài heo, nhưng rất hiếm khi gây bệnh cho người. Thỉnh thoảng cũng có người bị cúm heo, và trong tình hình hiện nay, đã có chứng cứ của sự truyền nhiễm từ người sang người.

Các triệu chứng của bệnh cúm heo là gì?

- Sốt 100° hoặc cao hơn
- Nhức đầu đau nhức thân thể
- Ho
- Đau cổ
- Lạnh run
- Khó thở
- Ói mửa và/hoặc tiêu chảy

Tại sao quý vị cần quan tâm?

Virus (vi khuẩn) cúm heo là một loại virus mới mà mọi người có rất ít hoặc không có sức đề kháng. Nếu loại virus mới này bắt đầu lây lan dễ dàng từ người sang người thì dịch bệnh này sẽ lan rộng khắp nước và toàn thế giới trong một thời gian rất ngắn. Tình trạng này sẽ gây ra đại dịch cúm.

Vào lúc này, chúng tôi không biết tình hình sẽ trở nên nghiêm trọng như thế nào và sẽ kéo dài trong thời gian bao lâu. Càng có nhiều người nhiễm bệnh cúm heo thì nguy cơ nhiễm bệnh của dân chúng càng cao.

Tôi phải làm gì nếu nghĩ rằng tôi đã nhiễm bệnh?

- Nếu bị sốt cao 100° hoặc cao hơn và một trong các triệu chứng liệt kê trên đây, quý vị phải gọi bác sĩ hoặc bệnh viện của quý vị. Bác sĩ có thể sẽ làm hẹn cho quý vị đến khám bệnh để thử máu về cúm. Bác sĩ sẽ là người quyết định quý vị có cần điều trị bằng thuốc chống virus (vi khuẩn) hay không.
- Nếu bị bệnh – quý vị nên nghỉ ở nhà, đừng đi làm, đừng đi học. Điều quan trọng là hạn chế tiếp xúc với những người khác để không truyền nhiễm bệnh cho họ.
- Nếu quý vị có triệu chứng bị cúm và cần đi khám bệnh thì quý vị nên mang khẩu trang hoặc dùng khăn giấy che miệng mũi lại khi ho và vứt bỏ khăn giấy vào thùng rác sau mỗi lần ho.
- Nếu bị bệnh nhưng không bị sốt thì tốt nhất là quý vị nên nghỉ ở nhà, đừng đi làm, đừng đi học, nghỉ ngơi thật nhiều và uống nhiều nước. Nếu triệu chứng trở nặng, quý vị nên gọi bác sĩ hoặc bệnh viện của quý vị.

Tôi phải làm gì để phòng bệnh?

- Rửa tay thường xuyên với nước ấm và xà phòng để tẩy trùng và tránh truyền nhiễm bệnh, nhất là khi ho và hắt mũi. Nếu không có nước và xà phòng, quý vị có thể dùng loại gel rửa tay có ít nhất 60% alcohol, không cần nước.
- Dùng khăn giấy che miệng mũi lại khi ho và vứt bỏ khăn giấy vào thùng rác sau mỗi lần ho. Nếu không có khăn giấy, ho hoặc hắt mũi vào khuỷu tay co lại, không cần dùng bàn tay che miệng.
- Tránh hôn hoặc bắt tay khi chào người khác, và cũng đừng ăn uống chung thức ăn và dùng chung muỗng nĩa.
- Giữ vệ sinh những nơi thường dùng, những nơi như quầy bếp, phòng tắm, tay nắm cửa, đồ chơi, điện thoại và các vật dụng khác trong nhà.
- Mở cửa sổ và cửa chính cho không khí trong sạch thổi vào nhà hoặc phòng làm việc.

Thông tin thêm: Thông tin về cúm heo đã được phổ biến trên trang mạng của Sở Y Tế Công Cộng: www.sccphd.org.
Cư dân Hạt Santa Clara có thể gọi đường dây thông tin của Sở Y Tế, số 408.885.3980, để được giải đáp thêm.

Dedicated to the health of the whole community

The Public Health Department is a division of Santa Clara Valley Health & Hospital System, owned and operated by the County of Santa Clara.