

Bệnh Cúm Heo và Bạn

Bệnh Cúm Heo là gì?

Bệnh Cúm Heo (swine flu) là một bệnh hô hấp phát sinh từ heo, nguyên nhân bởi loại siêu vi khuẩn A mà thường gây truyền nhiễm trong heo. Con người thường thường không bị cúm heo, nhưng con người có thể bị. Vi khuẩn cúm heo đã được báo cáo lang truyền từ người này sang người khác, mà thời gian qua, truyền nhiễm này rất ít và không lây quá ba người trong một lần.

Trong Quận Sacramento có truyền nhiễm chưa?

Ngày 27 tháng Tư Bộ Y Tế Quận Sacramento tìm thấy ba vụ cúm heo trong những học sinh trong một trường học lớp mẫu giáo tới lớp 8. Tất cả những vụ tìm thấy trong Sacramento đều nhẹ. Trường học đó đang bị đóng cửa để ngăn ngừa sự truyền nhiễm, và sẽ mở lại khi không có những trường hợp mới của bệnh cúm heo trong những học sinh.

Trong Nước Mỹ có người bị bệnh cúm heo chưa?

Trong cuối tháng Ba và đầu tháng Tư 2009, những vụ truyền nhiễm trong người với siêu vi khuẩn A (H1N1) của bệnh cúm heo đã trước được báo cáo trong miền nam California và gần San Antonio, Texas. Những tiểu bang khác của nước Mỹ đã báo cáo nhưng vụ truyền nhiễm cúm heo trong loài người và nhưng trường hợp cũng đã được báo cáo vòng quanh quốc tế. Tổng số những trường hợp đã xác nhận bệnh cúm heo trong nước Mỹ đã được giữ tại <http://www.cdc.gov/swineflu/investigation.htm>. CDC và những cơ quan y tế của tiểu bang và địa phương đang cộng tác nghiên cứu tình trạng này.

Vi khuẩn cúm heo có thể truyền nhiễm không?

CDC đã xác định siêu vi khuẩn A (H1N1) của bệnh cúm heo này có thể lây và đang truyền từ người này sang người khác. Tuy nhiên, lúc này đã chưa biết nó dễ lan truyền bao nhiêu từ người qua người.

Những triệu chứng của bệnh cúm heo trong người là gì?

Triệu chứng của bệnh cúm heo trong người giống như những triệu chứng bệnh cúm thường của loài người và có bao gồm sốt, ho, đau cổ, đau nhức than thể, đau đầu, ớn lạnh, và mệt mỏi. Vài người đã báo cáo bệnh tiêu chảy và nôn mửa liên hoan đến bệnh cúm heo. Trước đó, đau nặng (viêm phổi và ngộ độc) và chết đã được báo cáo trong người với bệnh cúm heo. Giống như bệnh cúm từng mùa, bệnh cúm heo có thể gây ra tình trạng xấu hơn cho bệnh lâu dài đã mang trong người.

Bệnh cúm heo lang truyền như thế nào?

Sự lang truyền của siêu vi khuẩn A (H1N1) của bệnh cúm heo này nghi là xảy ra giống như lang truyền bệnh cúm từng mùa. Siêu vi khuẩn của bệnh cúm phần lớn lây từ người này sang người khác qua ho hay hắt hơi của người bị bệnh cúm. Có lúc con người có thể bị lây bởi đựng đồ có vi khuẩn của bệnh cúm rồi đó họ đựng miệng hay mũi của họ.

Người bị bệnh cúm có thể lây người khác như thế nào?

Những người đã bị truyền nhiễm có thể lây người khác bắt đầu 1 ngày trước khi những triệu chứng phát triển và tới 7 ngày hay hơn sau khi bị đau. Đó nghĩa bạn có thể lây bệnh cúm cho người khác trước khi bạn biết bạn bị đau, cũng như lúc đang bị đau.

Tôi phải làm thế nào để khỏi bị bệnh cúm?

Đầu tiên và quan trọng nhất: rửa tay của bạn. Thử giữ gìn sức khỏe tổng quát cho tốt. Ngủ cho đầy đủ, hoạt động thể thao, làm dịu thần kinh, uống nhiều nước, và ăn những món ăn dinh dưỡng. Cố gắng đừng đụng mặt ngoài của đồ bị nhiễm siêu vi khuẩn của bệnh cúm. Tránh tiếp xúc gần người đang bị đau.

Có thuốc chữa bệnh cúm heo không?

Có. CDC khuyên sự dùng oseltamivir hoặc zanamivir để điều trị và/hay ngăn cản sự lang truyền của bệnh cúm heo. Thuốc chống vi khuẩn là những loại thuốc cần đơn bác sĩ (những viên thuốc, thuốc nước hay thuốc xịt vào mũi) để chống bệnh cúm bằng cách giữ sự sản xuất vi khuẩn của bệnh cúm trong thân thể. Nếu bạn bị đau, những loại thuốc chống vi khuẩn có thể giảm cơn đau và làm bạn cảm thấy khỏi nhanh hơn. Nó có thể ngăn trở chứng bệnh cúm nghiêm trọng. Cho sự điều

trị, thuốc chống vi khuẩn tác dụng tốt nhất nếu như bắt đầu sử dụng sau khi vừa bị đau (trong vòng 2 ngày của triệu chứng).

Bao lâu có thể người mang bệnh truyền nhiễm bệnh cúm heo qua người khác?

Người mang vi khuẩn của bệnh cúm heo phải xem như là họ có thể lây bệnh nếu như họ còn có triệu chứng và có thể đến 7 ngày sau khi bị đau. Trẻ con, nhất là những đứa bé, có thể bị truyền nhiễm cho thời gian lâu hơn.

Những mặt ngoài của đồ gì là thích hợp nhất cho làm nguồn gốc ô nhiễm?

Vi khuẩn có thể lây một người hỏi họ tiếp xúc với đồ bị ô nhiễm bằng cách khác vi khuẩn rồi sau đó đụng mắt, mũi, hay miệng của họ. Những giọt nước từ ho hay hắt hơi của người bị truyền nhiễm di chuyển qua không khí. Vi khuẩn có thể sang hỏi một người đụng giọt nước của hơi thở từ người khác ở trên mặt bàn sau đó đụng mắt, miệng, hay mũi của họ trước khi rửa tay.

Những loại vi khuẩn sống được bao lâu ở ngoài thân thể?

Chúng tôi biết rằng vài loại vi khuẩn sống có thể sống 2 được tiếng hay lâu hơn trên những mặt ngoài như những bàn của phòng ăn ở tại trường, nắm cửa, và bàn viết. Rửa tay thường xuyên sẽ giúp đỡ bạn giảm cơ hội bị truyền nhiễm từ mặt ngoài của đồ thường.

Tôi có thể làm gì để bảo vệ bản thân tôi để khỏi bị đau?

Hiện tại không có vaccin để phòng bệnh cúm heo. Có những hành động hằng ngày có thể phòng sự truyền nhiễm của vi khuẩn mà gây ra bệnh hô hấp như là bệnh cúm. Dùng những biện pháp hằng ngày này để bảo vệ sức khoẻ của mình:

- Che mũi và miệng của bạn với giấy mỏng hỏi bạn ho hay hắt hơi. Vứt giấy mỏng kia trong thùng rác sau khi bạn dung nó.
- Rửa tay của bạn thường với xà phòng và nước, đặc biệt là sau khi bạn ho hay hắt hơi. Thuốc rửa tay có chất ăn cồn cũng có hiệu lực.
- Tránh sờ mó mắt, mũi, hay miệng. Những vi khuẩn lây cách này.
- Tránh tiếp xúc gần với người bị đau.
- Nếu bạn đau bởi bệnh cúm, CDC khuyên là bạn ở nhà đừng đi làm hay trường và giảm tiếp xúc với người khác để tránh sự truyền nhiễm cho họ.

Phương pháp tốt nhất để tránh sự truyền nhiễm vi khuẩn từ ho hay hắt hơi là gì?

Nếu bạn bị đau, giảm tiếp xúc với người khác cần nhiều cần tốt. Đừng đi làm hay học nếu đau. Che mũi và miệng của bạn với giấy mỏng khi ho hay hắt hơi. Cách này có thể bảo vệ những người xung quanh khỏi bị đau. Để giấy mỏng dùng rồi trong thùng rác. Che chúng ho hay hắt hơi nếu bạn không có giấy mỏng. Rồi thì, rửa tay của bạn, và làm vậy mọi lần khi bạn ho hay hắt hơi.

Phương pháp tốt nhất để rửa tay để tránh bị bệnh cúm là gì?

Rửa tay thường xuyên sẽ giúp bạn ngừa vi khuẩn. Rửa với xà phòng và nước, hay làm sạch với thuốc rửa tay có chất ăn cồn. Chúng tôi khuyên rằng lúc bạn rửa tay -- với xà phòng và nước ấm -- bạn rửa từ 15 đến 20 giây. Hỏi xà phòng và nước không sẵn có, giấy chùi tay có chất ăn cồn hay kem rửa tay có thể dùng được. Bạn có thể nó trong hầu hết siêu thị và cửa hàng được ph. Nếu sử dụng kem, If using gel, chà tay của bạn đến khi kem khô lại. Kem không cần nước để có tác dụng; chất ăn cồn trong nó sẽ giết vi khuẩn ở trên tay của bạn.

Tôi phải làm gì nếu bị đau?

Vi bạn sống trong vùng đã có tìm thấy vụ bệnh cúm heo và nếu bạn trở nên đau với triệu chứng bệnh cúm, kể cả sốt, đau nhức thân thể, chảy nước mũi, đau họng, buồn nôn, hay mửa, và bệnh tiêu chảy, bạn có thể muốn liên lạc người phục vụ sức khoẻ của bạn, đặc biệt nếu bạn lo về triệu chứng của bạn. Người phục vụ sức khoẻ của bạn sẽ quyết định cần khám cho bệnh cúm hay cần thiết điều trị.

Nếu bạn bị đau, nên ở nhà tránh sự tiếp xúc với người khác cần nhiều cần tốt để giữ khỏi truyền nhiễm bệnh qua người khác.

Nếu bạn trở nên đau và trải qua bất cứ triệu chứng sau đây, tìm kiếm bác sĩ y khoa kh. cấp.

Những triệu chứng kh. cấp của trẻ con mà cần bác sĩ y khoa gồm:

- Sự hô hấp nhanh hay khó thở
- Da màu sắc xanh xanh
- Không uống đủ nước
- Không thức dậy hay không tác động qua lại
- Dễ bị kích thích qua độ bởi vậy đứa bé không muốn được
- Những triệu chứng giống như bệnh cúm được cải tiến nhưng mà trở lại cơn sốt hay ho nhiều hơn
- Cơn sốt với chứng phát ban

Cho người lớn, những triệu chứng khNn cấp cần bác sĩ y khoa gồm:

- Khó thở hay ngộp thở
- Sự đau đớn hay áp lực trong ngực hay bụng
- Đột ngột chóng mặt
- Sự rối loạn
- Nôn mửa nặng hay liên tiếp

Truyền nhiễm bệnh cúm heo nghiêm trọng bao nhiêu?

Như bệnh cúm từng mùa, bệnh cúm heo trong loài người khác nhau trong mức độ nhẹ tới nặng. Giữa 2005 cho đến tháng Một 2009, 12 vụ cúm heo trong những loài người đã được phát hiện trong nước Mỹ, không sự chết xảy ra. Tuy nhiên, truyền nhiễm bệnh cúm heo có thể nghiêm. Trong tháng Chín 1988, một người đàn bà 32 tuổi khoẻ mạnh đang mang thai tại Wisconsin được đưa vào bệnh viện cho viêm phổi sau khi bị truyền nhiễm bệnh cúm heo chết 8 ngày sau. Sự lang truyền bệnh cúm heo tại Fort Dix, New Jersey đã xảy ra trong 1976 mà gây ra hơn 200 những vụ bệnh nặng trong một số dân và một người chết.

Tôi có thể bị bệnh cúm heo từ ăn hay nấu thịt heo không?

Không. Vi khuẩn cúm heo không lang truyền bởi đồ ăn. Bạn không thể bị bệnh cúm heo do ăn thịt heo hay sản vật heo. Ăn thịt heo mà đã sản xuất và nấu theo hợp lệ là an toàn.

Lấy từ http://www.cdc.gov/swineflu/swineflu_you.htm