**TUYÊN TRUYỀN PHÒNG, CHỐNG BỆNH TRUYỀN NHIỄM**

**MÙA ĐÔNG - XUÂN CHO TRẺ**

Trường MG Hoa Tăng Bi tuyên truyền phòng, chống bệnh truyền nhiễm mùa đông - xuân cho trẻ mầm non.

Cuối mùa đông và đầu mùa xuân là thời điểm thường xảy ra nhiều [**bệnh truyền nhiễm**](https://www.vinmec.com/vie/bai-viet/dac-diem-chung-cua-cac-benh-truyen-nhiem-vi) nguy hiểm, nguyên nhân là vì nhiệt độ lạnh, mưa nhiều, thời tiết ẩm nên tạo điều kiện thuận lợi cho các loại vi khuẩn, virus phát triển nhanh, làm tăng nguy cơ gây bệnh cho con người. Các loại bệnh này lại rất dễ lây lan qua đường hô hấp và tiêu hóa nên dễ bùng phát thành dịch bệnh.

Đồng thời, vào thời điểm này thường diễn ra nhiều lễ hội, mọi người gia tăng đi lại nên có nguy cơ truyền nhiễm các bệnh nguy hiểm và gây ra tình trạng bùng phát **dịch bệnh mùa đông xuân.**

Một số loại **dịch bệnh hiện nay ở Việt Nam** xảy ra vào mùa đông xuân như:

[**Sởi**](https://www.vinmec.com/vie/bai-viet/benh-soi-lay-qua-nhung-duong-nao-vi): Đây là bệnh truyền nhiễm cấp tính lây qua đường hô hấp do virus Polynosa morbillorum gây ra. Bệnh xuất hiện quanh năm nhưng chủ yếu xảy ra vào mùa đông xuân.



 *Dịch bệnh sởi thường xảy ra vào thời điểm mùa đông xuân*

**Rubella:** Bệnh Rubella thường phát triển mạnh vào cuối mùa đông đầu mùa xuân. Con đường lây truyền qua đường hô hấp khi người lành tiếp xúc trực tiếp với dịch tiết của người bệnh. Giai đoạn dễ lây nhiễm bệnh Rubella nhất là từ 7 ngày trước đến 7 ngày sau khi phát ban đỏ.

[**Thủy đậu**](https://www.vinmec.com/vie/benh/thuy-dau-2969): Nguyên nhân thủy đậu thường bùng phát **dịch bệnh mùa đông xuân** là do khí ẩm của mùa xuân, nhất là giai đoạn chuyển từ đông sang xuân khiến cho siêu vi có tên Varicella Zoster Virus gây bệnh phát triển mạnh.

[**Tay chân miệng**](https://www.vinmec.com/vie/bai-viet/dung-thuoc-cho-tre-bi-chan-tay-mieng-o-giai-doan-som-vi): Bệnh tay chân miệng chưa có thuốc đặc trị, đây là một nhiễm trùng thường xảy ra ở trẻ nhỏ và rất dễ gây thành dịch lớn. Bệnh thường xảy ra quanh năm, cao điểm là vào mùa đông xuân.

[**Cúm**](https://www.vinmec.com/vie/bai-viet/bien-chung-cua-cum-mua-vi): Khi chuyển giao mùa đông xuân là lúc chúng ta cần phải phòng tránh bệnh cúm. Cúm ác tính có thể gây nên những tổn thương phổi rất nhanh chóng có thể dẫn tới tử vong.

[**Ho gà**](https://www.vinmec.com/vie/bai-viet/ho-ga-u-benh-trong-bao-lau-vi): là một bệnh truyền nhiễm cấp tính, bệnh do trực khuẩn ho gà thuộc họ Pavrobacteriaceae gây ra. Bệnh ho gà lây chủ yếu qua đường hô hấp, biểu hiện lâm sàng bằng những cơn ho dữ dội và thở rít vào. Bệnh xảy ra quanh năm nhưng chủ yếu là vào mùa đông xuân, vì thời tiết thường xuyên ẩm ướt, không khí không nóng cũng không lạnh khiến cho vi khuẩn ho gà sinh sôi và phát triển nhanh chóng, gây bệnh cho con người.

[**Viêm màng não mô cầu**](https://www.vinmec.com/vie/bai-viet/4-nhom-vi-khuan-gay-viem-mang-nao-mo-cau-vi): là bệnh truyền nhiễm lây qua đường hô hấp. Nguyên nhân gây bệnh là do vi khuẩn não mô cầu Neisseria meningitidis gây nên. Bệnh xuất hiện quanh năm, nhưng lại dễ bùng phát **dịch bệnh vào mùa đông xuân**. Bệnh viêm màng não mô cầu có thể điều trị được trong trường hợp phát hiện bệnh kịp thời, điều trị tích cực và đúng phác đồ thì tỷ lệ khỏi bệnh đạt khoảng 85 - 95%.

[**Tiêu chảy**](https://www.vinmec.com/vie/benh/tieu-chay-3002): Dịch tiêu chảy là bệnh dịch xuất hiện quanh năm. Tình trạng bệnh xảy ra do nhiều nguyên nhân như: không đảm bảo an toàn thực phẩm, sống trong vùng dịch bị bệnh tiêu chảy cấp,... vấn đề về tiêu chảy cấp xuất hiện là do ảnh hưởng trong hệ tiêu hóa của mỗi con người, nếu thay đổi thời tiết kết hợp với thức ăn không đảm bảo sẽ tạo điều kiện cho virus gây bệnh phát tác.



 *Hiện nay có nhiều nguyên nhân khác nhau gây ra dịch bệnh tiêu chảy*

**Viêm phổi:** Bệnh viêm phổi là bệnh rất dễ xảy ra vào mùa đông xuân do thời tiết thay đổi đột ngột.

        **Bên cạnh đó kết hợp tuyên truyền phối hợp với phụ huynh các biện pháp nuôi con khoa học...**

         Để phòng tránh các bệnh thường gặp trong mùa đông các bậc phụ huynh cần thường xuyên giữ gìn vệ sinh cá nhân cho các cháu nhỏ được sạch sẽ, như vệ sinh răng miệng bằng dung dịch nước muối, nhỏ thuốc mũi, thuốc mắt… Thời tiết lạnh, độ ẩm không khí cao nên ủ ấm cho trẻ khi đi xe máy, khi ra ngoài trời ở các vị trí quan trọng như bàn tay, bàn chân, ngực, cổ, đầu,... nhất là khi đi ra ngoài trời vào buổi tối và sáng sớm.

        Tăng  cường chế độ dinh dưỡng, nên ăn thức ăn khi còn nóng, cung cấp cho cơ thể đủ lượng calo cần thiết để tăng sức đề kháng. Bên cạnh đó, cần giữ gìn vệ sinh nơi ăn ở và môi trường xung quanh, như phát quang bụi rậm, khơi thông cống rãnh...Nếu trường hợp các cháu nhỏ bị sốt vi rút, hoặc sốt chưa rõ nguyên nhân, không nên cho các cháu đến trường, cần nghỉ học, tránh lây nhiễm cho các bạn khác, mặt khác, các bậc phụ huynh cần đưa các cháu đến cơ sở y tế để các bác sĩ chẩn đoán, tư vấn chăm sóc và chỉ định điều trị. Nếu có việc phải đến chỗ đông người nên đeo khẩu trang. Khi các cháu sốt, dễ bị mất nước, vì vậy cần cho các cháu uống đủ nước (nước đun sôi để ấm), nhất là nước hoa quả, dùng khăn chườm hạ sốt, không nên mặc quá nhiều quần áo cho các cháu, tránh tình trạng làm sốt cao hơn, ra mồ hôi nhiều khiến bị cảm lạnh. Nếu thấy các cháu sốt cao đưa đến  bệnh viện kịp thời .

       Các bậc cha mẹ tiếp tục tuyên truyền đến những người xung quanh để mọi người nắm được kiến thức phòng chống lây nhiễm bệnh, để cho con em mình luôn có một sức khỏe tốt nhất.

**Các biện pháp phòng chống:**

1. Tiêm vắc xin phòng bệnh đầy đủ và đúng lịch (đối với các bệnh có vắc xin phòng bệnh như: sởi, thủy đậu, cúm …).

2. Giữ ấm cơ thể khi thời tiết chuyển lạnh; ủ ấm cho trẻ em khi đi xe máy, khi ra ngoài trời; sáng sớm phải mặc đủ ấm, lưu ý giữ ấm bàn chân, bàn tay, ngực, cổ, đầu cho trẻ.

3. Tránh tiếp xúc với những người đang có dấu hiệu bị các bệnh truyền nhiễm đường hô hấp như sởi, cúm ...

4. Đảm bảo an toàn thực phẩm, ăn chín, uống chín; ăn cân đối các nhóm dưỡng chất: tinh bột, chất đạm, chất béo, vitamin và khoáng chất; ăn nhiều hoa quả để giúp cơ thể, tăng cường vitamin, nâng cao sức đề kháng.

5. Đảm bảo vệ sinh cá nhân, thường xuyên rửa tay với xà phòng, vệ sinh mũi, họng hàng ngày.

6. Thực hiện tốt vệ sinh môi trường, vệ sinh gia đình, …

7. Khi có các dấu hiệu nghi bị bệnh truyền nhiễm cần đến các cơ sở y tế gần nhất để được tư vấn, khám và điều trị kịp thời.

 

 Các bậc cha mẹ tiếp tục tuyên truyền đến những người xung quanh để mọi người nắm được kiến thức phòng chống lây nhiễm bệnh, để cho con em mình luôn có một sức khỏe tốt nhất. Hi vọng rằng bài tuyên truyền này sẽ giúp các bậc phụ huynh có thêm kiến thức phòng các bệnh thường gặp trong mùa đông hiệu quả nhất, có thể chăm sóc con em mình luôn luôn khỏe mạnh để trẻ có thể vui chơi và học tập được tốt nhất./.

 ***Nhân viên phụ trách Y tế trường học***