

CHỦ ĐỘNG PHÒNG BỆNH ĐAU MẮT ĐỎ

Bệnh đau mắt đỏ (viêm kết mạc) đang có xu hướng xuất hiện rải rác và dễ lây lan trong cộng đồng. Đây là bệnh cấp tính, triệu chứng rầm rộ, dễ gây ảnh hưởng đến sinh hoạt, học tập và lao động nếu không được xử trí đúng cách.

Q 1. Đau mắt đỏ là bệnh gì?

Đau mắt đỏ là tình trạng nhiễm trùng mắt do vi rút, vi khuẩn hoặc dị ứng, thường khởi phát đột ngột ở một mắt rồi lan sang mắt còn lại.

Bệnh rất dễ mắc – dễ lây – có thể bùng phát thành dịch.

Hiện chưa có vắc xin, chưa có thuốc điều trị đặc hiệu, và người đã mắc vẫn có thể bị lại sau vài tháng.

2. Nguyên nhân gây bệnh

- Chủ yếu do Adenovirus.
- Cũng có thể do các vi khuẩn như tụ cầu, liên cầu, phế cầu.
- Bệnh thường gặp vào mùa hè – cuối thu, khi thời tiết nắng nóng chuyển mưa, ẩm độ cao.
- Môi trường nhiều khói bụi, nguồn nước ô nhiễm, dùng chung khăn – gối – chậu rửa mặt... làm bệnh dễ bùng phát.

3. Triệu chứng thường gặp

- Đỏ mắt, nhiều ghèn/dử; buổi sáng mắt khó mở do dính chặt.
- Cảm giác cộm như có cát, chảy nước mắt, mi sưng nề, đau nhức.
- Có thể kèm mệt mỏi, sốt nhẹ, đau họng, ho, nổi hạch sau tai.
- Một số trường hợp có giả mạc, khiến bệnh lâu khỏi hơn.
- Thị lực thường không giảm, nhưng nếu nặng có thể gây phù đỏ, xuất huyết dưới kết mạc và ảnh hưởng thị lực.

4. Bệnh lây qua đường nào?

- Đau mắt đỏ lây rất nhanh qua:
- Nước mắt, dịch tiết, nước bọt của người bệnh.
- Chạm vào đồ vật nhiễm mầm bệnh: tay nắm cửa, điện thoại, khăn mặt, chậu rửa...

- Dùng chung khăn – gối – vật dụng cá nhân.
- Nguồn nước ô nhiễm như ao, hồ, bể bơi.
- Thói quen dụi mắt, chạm tay lên mặt.
- Nơi đông người: bệnh viện, trường học, công sở, xe buýt, tàu hỏa, máy bay...

5. Bộ Y tế khuyến cáo phòng bệnh

+ Khi chưa có dịch:

- Rửa tay thường xuyên bằng xà phòng và nước sạch.
- Dùng riêng khăn – gối – chậu rửa mặt.

- Giặt và phơi khăn ngoài nắng hàng ngày.
- Không dụi mắt.
- + Khi đang có dịch đau mắt đỏ:
 - Rửa tay bằng xà phòng hoặc dung dịch sát khuẩn.
 - Rửa mắt bằng nước muối sinh lý 0,9% ít nhất 3 lần/ngày (sáng – trưa – tối).

- Không dùng chung thuốc nhỏ mắt hoặc đồ dùng cá nhân.
- Hạn chế tiếp xúc người bệnh và hạn chế đến nơi đông người.
- Tránh nguồn nước ô nhiễm, hạn chế đi bơi.

6. Xử trí khi có người mắc hoặc nghi mắc

- Lau ghèn/dử bằng khăn giấy ẩm hoặc bông sạch, dùng xong bỏ ngay.
- Không tra thuốc từ mắt bệnh sang mắt lành.
- Đeo kính mát, tránh khói bụi.
- Trẻ em mắc bệnh nên nghỉ học, tránh đến nơi đông người.
- Chăm sóc đúng cách để tránh lây sang mắt còn lại.
- Trước – sau khi vệ sinh mắt phải rửa tay sạch.
- Không tự ý mua thuốc nhỏ mắt; không dùng thuốc của người khác.
- Không đắp lá, không dùng các biện pháp dân gian lên mắt.
- Khi có dấu hiệu bệnh, cần đến cơ sở y tế để được khám và điều trị.

✦ Bộ Y tế đề nghị người dân tăng cường vệ sinh cá nhân, chủ động phòng bệnh và đưa người mắc bệnh đến cơ sở y tế để được tư vấn, điều trị kịp thời.

BỆNH ĐAU MẮT ĐỎ LÀ?

Đau mắt đỏ là tình trạng nhiễm trùng mắt, thường do vi khuẩn hoặc vi rút gây ra hoặc do phản ứng dị ứng, với triệu chứng đặc trưng là đỏ mắt. Bệnh rất dễ mắc và lây lan thành dịch.



TRIỆU CHỨNG

Người bệnh cảm thấy khó chịu ở mắt, sau đó cộm như có cát trong mắt, mắt nhiều dử, buổi sáng ngủ dậy hai mắt khó mở do nhiều dử dính chặt, dử mắt có thể có màu xanh hoặc màu vàng



Mi mắt sưng nề, mọng, mắt đỏ, đau nhức, nổi cộm, chảy nước mắt

Một số trường hợp có giả mạc

Một số trường hợp có thể mệt mỏi, sốt nhẹ, đau họng, ho, xuất hiện hạch ở tai

ĐƯỜNG LÂY BỆNH



Tiếp xúc trực tiếp với người bị bệnh qua đường hô hấp, nước mắt, nước bọt, bắt tay, đặc biệt nước mắt là nơi chứa rất nhiều vi rút.



Cầm, nắm, chạm vào những vật dụng nhiễm nguồn bệnh; đồ vật, đồ dùng cá nhân của người bệnh... Dùng chung đồ dùng sinh hoạt như khăn mặt, gối.



Sử dụng nguồn nước bị nhiễm mầm bệnh như ao, hồ, bể bơi.



Thói quen hay dụi mắt, sờ vào mũi, vào miệng.



Nơi công cộng, những nơi có mật độ người đông, cự ly gần.



BIỆN PHÁP PHÒNG TRÁNH



Thường xuyên rửa tay với nước rửa tay diệt khuẩn, sử dụng nước sạch



Không đưa tay lên dụi mắt, mũi, miệng; không dùng chung vật dụng cá nhân như: lọ thuốc nhỏ mắt, khăn mặt, kính mắt, khẩu trang...



Vệ sinh mắt, mũi, họng hàng ngày bằng nước muối sinh lý, các thuốc nhỏ mắt, nhỏ mũi thông thường



Sử dụng xà phòng hoặc các chất sát khuẩn thông thường sát trùng các đồ dùng, vật dụng của người bệnh



Hạn chế tiếp xúc với người bệnh hoặc nghi bị bệnh đau mắt đỏ



Cần được nghỉ học/nghỉ làm việc để tránh lây nhiễm cho người xung quanh và lây lan ra cộng đồng; đến cơ sở y tế để được khám, tư vấn, điều trị kịp thời, không tự ý điều trị khi chưa có hướng dẫn của cán bộ y tế để tránh biến chứng nặng



Thực hiện bởi: Bộ Y tế