

TUYÊN TRUYỀN PHÒNG CHỐNG BỆNH TIÊU CHẢY CẤP CỦA TRƯỜNG MẦM NON ĐẶNG CƯỜNG

Bệnh tiêu chảy cấp là một bệnh truyền nhiễm lây lan qua đường tiêu hóa, do vi khuẩn gây nên thường do Rota virus, các vi khuẩn như E.Coli, tụ cầu, thương hàn, tả, lỵ và nhiều vi khuẩn, ký sinh khuẩn khác có trong phân bị lây nhiễm vào thức ăn, nước uống, dụng cụ và bàn tay người chăm sóc trẻ. Đặc biệt trong thời tiết hiện nay, thời tiết giao mùa thì trẻ em càng dễ mắc phải.

Bộ phận Y tế nhà trường xin gửi đến các thầy cô giáo, nhân viên, học sinh và PHHS khuyến cáo về cách phòng chống bệnh Tiêu chảy cấp như sau:

TIÊU CHẢY CẤP

Tiêu chảy cấp là tình trạng tiêu chảy kéo dài trong một thời gian ngắn, trong khoảng 1-2 ngày hay có thể hơn và thường tự hết. Nguyên nhân gây tiêu chảy cấp là do Rotavirus, vi khuẩn ký sinh trùng.

DẤU HIỆU

- Đi ngoài phân lỏng như nước
- Đau quặng bụng
- Buồn nôn
- Sốt li bì

PHÒNG NGỪA

- Rửa tay bằng xà phòng trước khi ăn và sau khi đi vệ sinh
- Tách riêng thức ăn chín và sống
- Đun nấu thức ăn kỹ

1. Biểu hiện:

– Bệnh tiêu chảy cấp với biểu hiện đi ngoài 3 lần trở lên trong một ngày, phân nát không thành khuôn, kéo theo sốt hoặc đau bụng và nhiều triệu chứng khác. Đây là một bệnh thường gặp ở trẻ nhỏ, đa số trường hợp bệnh hồi phục tốt nếu được chăm sóc đúng cách, ngược lại bệnh có thể gây nhiều biến chứng nguy hiểm như mất nước, rối loạn điện giải, suy dinh dưỡng thậm chí tử vong;

– Tiêu chảy gồm 2 loại: Tiêu chảy cấp xảy ra đột ngột, nhưng chỉ kéo dài vài ngày có khi tới hơn 1 tuần, nhưng không quá 2 tuần. Tiêu chảy mạn tính, là tiêu chảy kéo dài trên 2 tuần, 1 tháng, có khi hơn nữa, có ngày tiêu chảy ít, có ngày tiêu chảy nhiều, có ngày tưởng như khỏi bệnh nhưng lại tái phát ngay. Loại tiêu chảy mạn tính ít gặp hơn tiêu chảy cấp.

2. Nguyên nhân gây tiêu chảy:

Nguyên nhân gây ra tiêu chảy ở trẻ thường do Rota virut, các vi khuẩn như E.Coli, tụ cầu, thương hàn, tả, lỵ và nhiều vi khuẩn, ký sinh khuẩn khác có trong phân bị lây nhiễm vào thức ăn, nước uống, dụng cụ và bàn tay người chăm sóc trẻ. Vì vậy cần đặc biệt chú trọng vệ sinh trong giai đoạn chuyển giao mùa, khi sức đề kháng của con giảm mạnh khiến các loại vi khuẩn dễ dàng xâm nhập và gây nên tình trạng tiêu chảy ở trẻ.

3. Cách phòng bệnh tiêu chảy



3.1. Vệ sinh cá nhân, vệ sinh môi trường

- Rửa tay bằng xà phòng trước khi ăn và sau khi đi vệ sinh;
- Mỗi gia đình có nhà tiêu hợp vệ sinh, không đi tiêu bừa bãi, không đổ rác thải, phân xuống ao, hồ, không sử dụng phân tươi, phân chưa xử lý đảm bảo vệ sinh để bón cây trồng;
- Bảo đảm vệ sinh nhà cửa và môi trường xung quanh;
- Hạn chế ra vào vùng đang có dịch.

3.2. An toàn vệ sinh thực phẩm

- Mọi người, mọi nhà đều thực hiện ăn chín, uống chín, không uống nước lã;
- Không ăn các thức ăn dễ bị nhiễm khuẩn, chưa được chế biến và nấu chín, các thức ăn còn sống như gỏi cá, tiết canh, nem chua...;
- Chọn mua thức ăn từ nguồn thực phẩm an toàn, có nguồn gốc, xuất xứ rõ ràng, không sử dụng thực phẩm quá hạn sử dụng;
- Các thức ăn đã nấu chín hoặc thức ăn còn dư, để từ bữa trước sang bữa sau phải được bảo quản tốt, nếu chỉ sử dụng ngay sau một thời gian ngắn thì đặt lòng bàn, để nơi mát, thoáng gió, nếu muốn để lâu (vài tiếng trở lên) thì phải cho vào tủ lạnh, lưu ý tủ lạnh phải để ở mức độ đủ lạnh cần thiết;
- Rửa tay bằng xà phòng trước khi chế biến thức ăn để đảm bảo không làm nhiễm mầm bệnh từ tay bản vào thức ăn;
- Hạn chế tập trung ăn uống đông người như ma chay, đám giỗ, cưới xin, liên hoan... trong vùng đang có dịch.

3.3. Bảo vệ nguồn nước và dùng nước sạch

- Nguồn nước ăn uống, sinh hoạt của các gia đình phải được bảo vệ sạch sẽ, có nắp đậy, không để nguồn nước bản từ bên ngoài như ao, hồ, sông, suối... chảy vào;
- Ở những nơi không có nước máy mà đang có dịch tiêu chảy thì tất cả nước ăn uống đều phải được khử khuẩn bằng cloramin B;
- Cấm đổ phân, chất thải, nước giặt rửa và đồ dùng của người bệnh xuống giếng, ao, hồ, sông, suối...

4. Cách điều trị bệnh.

Bù nước, bù dịch khi tiêu chảy.

Chế độ ăn uống khi bị tiêu chảy. Nên ăn thừa ăn loãng, mềm, dễ tiêu hóa vì lúc này niêm mạc ruột đang bị tổn thương chưa tiêu hóa được tốt thức ăn được. Ban đầu có thể vừa ăn cháo loãng, ít thức ăn sau đó bồi dưỡng cơ thể với thức ăn giàu dưỡng chất để cơ thể nhanh hồi phục.

Tạm thời ngưng không cho trẻ uống sữa tươi vì rất dễ gây tiêu chảy nặng hơn.

Bị tiêu chảy cần uống thuốc gì?

Cho trẻ uống nhiều nước: đối với những trẻ còn đang bú mẹ thì cho trẻ bú thường xuyên hơn và lâu hơn bình thường vì trẻ cần năng lượng để hoạt động, cũng như tăng cường đề chống đỡ lại bệnh tật.

Bù điện giải cho trẻ bằng - oresol: lưu ý cần pha đúng tỷ lệ nước theo hướng dẫn trên bao bì, bởi nếu pha ít nước sẽ khiến cho tình trạng mất nước của trẻ nặng thêm.

Với trẻ nhỏ dưới 2 tuổi, uống thêm 50 - 100ml sau mỗi lần đi ngoài.

Với trẻ trên 2 tuổi, uống 100 - 200ml sau mỗi lần đi ngoài. Có thể cho trẻ uống từng muỗng hoặc từng ngụm nhỏ. Ngoài ra có thể sử dụng các loại nước khác như:

Nước muối đường: 01 muỗng muối + 08 muỗng đường + 01 lít nước đun sôi.

Nước cháo muối: 01 muỗng muối + 01 nắm gạo + 01 lít nước đun sôi.

Nước dừa muối: 01 muỗng muối + 01 lít nước dừa.

Cần tiếp tục cho trẻ ăn: các bà mẹ thường có tâm lý không cho trẻ ăn hoặc hạn chế cho trẻ ăn, dẫn tới tình trạng trẻ bị suy dinh dưỡng, càng làm cho tình trạng tiêu chảy nặng thêm. Cần cho trẻ ăn uống như bình thường, không kiêng cử gì, có thể chia nhỏ bữa ăn để trẻ dễ tiêu hóa hơn.

Việc sử dụng các thuốc như hạ sốt, kháng sinh hay men tiêu hóa cần tuân thủ theo đúng chỉ định của bác sĩ.

Cần đưa trẻ đi đến cơ sở y tế để được khám và điều trị kịp thời, không được tự ý sử dụng thuốc hoặc các phương pháp dân gian vì sẽ rất nguy hiểm cho trẻ.

Trên đây là một số thông tin về triệu chứng, nguyên nhân, cách phòng bệnh và điều trị tiêu chảy. Nhà trường rất mong quý bậc phụ huynh biết và có thể chăm sóc con được tốt hơn.