

Bệnh sởi

Tờ thông tin cộng đồng – tháng 4 năm 2016

Sởi là gì?

Sởi là một bệnh rất dễ lây nhiễm do virus. Mọi người đều có thể phát bệnh sởi trong vòng từ bảy (7) đến 18 ngày sau khi tiếp xúc với một người bị bệnh sởi.

Người bị mắc sởi lúc khởi phát nhiệt độ có thể lên cao ($\geq 38^{\circ}\text{C}$), cảm thấy rất mệt mỏi kèm theo ho, sổ mũi hoặc mắt đỏ và đau. Khoảng 3-4 ngày sau có thể thấy bệnh nhân phát ban đỏ lốm đốm, bắt đầu từ trên mặt trước khi lan rộng xuống toàn thân. Đợt phát ban có thể kéo dài từ 4-7 ngày.

Người bị sởi có thể trở nên rất yếu và thường cần phải đi bệnh viện.

Sởi lây lan như thế nào?

Bệnh sởi dễ dàng lây lan từ một người bệnh sang nhiều người khác. Mọi người đều có thể bị nhiễm sởi dù chỉ có mặt trong cùng phòng với một người khác đang bị sởi.

Bệnh sởi lây lan qua đường hô hấp theo những giọt chất lỏng li ti chứa virus bay vào không khí sau khi người bị sởi (người gây nhiễm) ho hoặc hắt hơi.

Một người có thể lan truyền bệnh trong bao lâu?

Những người bị bệnh sởi có thể lây bệnh ngay từ trước khi bắt đầu có triệu chứng cho đến bốn ngày sau khi phát ban.

Sau khi tiếp xúc với một người bị bệnh sởi, người bình thường có thể phát bệnh sau đó khoảng 7-10 ngày, nhưng đôi khi thời gian có thể lên đến 18 ngày.

Phát ban đỏ thường xuất hiện vào thời điểm 14 ngày sau khi tiếp xúc với người bị bệnh sởi.

Điều quan trọng cần nhớ là người bệnh có thể phát tán bệnh sởi ngay cả trước khi xuất hiện phát ban.

Tôi có thể bị bệnh sởi không?

Người có thể bị bệnh sởi là:

- bất cứ ai chưa được chủng ngừa sởi hai lần
- người lớn trong khoảng 20 đến 49 tuổi, chưa từng được chủng ngừa hoặc mới chỉ chủng ngừa sởi một lần
- trẻ em dưới sáu (6) tháng tuổi, nếu người mẹ chưa được bảo vệ ngừa bệnh sởi (chưa được chủng ngừa hoặc đã từng bị sởi trước đây)
- trẻ em từ 6-12 tháng tuổi (chưa được chủng ngừa sởi)
- người bị suy giảm miễn dịch (ví dụ người bị ung thư, hóa trị liệu hoặc dùng steroid liều cao)

Nếu bạn đã từng bị sởi trước đây hoặc đã được chủng ngừa sởi hai (2) lần thì bạn được bảo vệ.

Nếu tôi không biết lịch sử tiêm chủng của mình thì sao?

Bác sĩ có thể làm xét nghiệm máu để xem liệu bạn có kháng thể (bảo vệ) trong máu chống lại bệnh sởi hay không.

Nếu bạn sinh sau năm 1996 tại Úc thì hồ sơ chủng ngừa của bạn được lưu tại Australian Childhood Immunisation Register (ACIR – Hệ thống đăng ký Chủng ngừa Trẻ thơ Úc châu), bất kể nơi bạn được chủng ngừa là ở đâu.

Tôi có thể làm gì để không bị bệnh sởi?

Nếu không chắc chắn thì bạn hỏi bác sĩ của mình về việc bạn đã được bảo vệ ngừa bệnh sởi chưa và nếu bạn chưa được bảo vệ thì bạn hãy đi chủng ngừa.

Cách bảo vệ tốt nhất chống lại bệnh sởi là có hai (2) liều thuốc chủng ngừa bệnh sởi (MMR / MMRV)

Bác sĩ của bạn có thể giúp bạn được chủng ngừa sởi, và một số nhóm người nhất định có thể được sử dụng thuốc chủng ngừa miễn phí, bao gồm:

- Người tị nạn hoặc những người tầm trú
- Phụ nữ từ 20 tuổi đến sau 40 tuổi còn trong độ tuổi có khả năng sinh con
- Người dưới 20 tuổi trong chiến dịch chủng ngừa cập nhật hiện hành của Chính phủ Liên bang

Cách tốt nhất để ngăn ngừa bệnh sởi lây lan là những người bị sởi phải được bác sĩ khám ngay sau khi họ không được khỏe, và tránh xa những người khác để họ không lây truyền bệnh.

Tôi cần làm gì nếu tôi nghĩ là mình bị bệnh sởi?

Nếu nghĩ là mình bị sởi thì bạn nên tránh xa những người khác, để bạn không khiến họ mắc bệnh.

Bạn phải đi bác sĩ hay bệnh viện. Vui lòng gọi trước khi bạn đến bác sĩ hoặc bệnh viện và cho họ biết bạn nghĩ rằng mình bị bệnh sởi để họ có thể bảo vệ những người khác. Bạn không nên ngồi trong phòng chờ vì bạn có thể khiến các bệnh nhân khác tiếp xúc với sởi. Bạn có thể được cho mang khẩu trang hoặc đưa vào một phòng riêng trước khi bác sĩ khám bạn.

Bác sĩ của tôi sẽ làm gì?

Bác sĩ sẽ lấy một ít máu và lấy một miếng gạc quẹt phần bên trong cổ họng của bạn để kiểm tra xem bạn có bị sởi hay không. Bạn sẽ cần phải tránh xa mọi người cho đến khi bạn biết kết quả xét nghiệm.

Bệnh sởi được điều trị như thế nào?

Không có điều trị đặc hiệu cho bệnh sởi. Nghỉ ngơi, uống nhiều chất lỏng và dùng paracetamol dành cho sốt cao có thể giúp giảm một số triệu chứng. Nhớ tránh xa những người khác để bạn không làm cho họ bị bệnh.

Tôi có thể tâm sự với ai về điều này?

Nếu không được khỏe thì bạn nên nói chuyện với bác sĩ hoặc gọi dịch vụ NURSE-ON-CALL (1300 60 60 24) để được tư vấn. Nếu có câu hỏi khác thì bạn có thể gọi 1300 651 160 và nói chuyện với Nhân viên Y tế Công tại Bộ Y tế và Nhân sinh.

Để nhận ấn phẩm này bằng một định dạng dành cho người khuyết tật, hãy điện thoại số 1300 651 160, sử dụng dịch vụ National Relay Service qua số 13 36 77 nếu cần thiết, hoặc email đến Infectious.diseases@dhhs.vic.gov.au

Được Chính phủ bang Victoria ủy quyền và phát hành, 1 Treasury Place, Melbourne.

© Bang Victoria, Department of Health and Human Services tháng 5 năm 2016.