

Xử lý các Bệnh Đường hô hấp

Tỷ lệ mắc các bệnh đường hô hấp đang gia tăng trên khắp B.C. Hãy tìm hiểu về những cách giúp chúng ta vượt qua mùa bệnh đường hô hấp.



Handling Respiratory Illnesses

Rates of respiratory illness are on the rise throughout B.C. Learn about ways to get us through respiratory season.

Tỷ lệ bệnh đường hô hấp đang gia tăng ở B.C. Chúng ta cần sử dụng nhiều công cụ để vượt qua mùa bệnh đường hô hấp. Dưới đây là các nguồn thông tin và lời nhắc để hỗ trợ bạn trong mùa bệnh đường hô hấp.

Bệnh đường hô hấp và trẻ em

Một số loại vi-rút đường hô hấp đang gây bệnh ở B.C. Một số trẻ đã bị bệnh nặng hơn trong vài tuần qua. Trẻ em đang bị bệnh nghiêm trọng hơn bình thường do cúm và vi-rút hợp bào hô hấp (respiratory syncytial virus - RSV). Nhiều trẻ chưa bị mắc bệnh cúm và các bệnh đường hô hấp khác sau hai năm có tỷ lệ mắc bệnh cúm thấp. Đây là lý do việc trẻ em được chủng ngừa bệnh cúm ngay bây giờ là điều đặc biệt quan trọng.

Bắt đầu từ tháng 10 năm 2023, tất cả mọi người từ 6 tháng tuổi trở lên đều có thể nhận vắc-xin cúm và COVID-19 cập nhật cùng một lúc. Để biết thông tin về cách đặt lịch hẹn nhận vắc-xin cúm và COVID-19, hãy truy cập trang [Bệnh đường Hô hấp](#) của Chính quyền BC.

Tôi có thể ngăn ngừa các bệnh đường hô hấp bằng cách nào?

Chủng ngừa vẫn là biện pháp phòng ngừa tốt nhất chống lại cả bệnh cúm và COVID-19. Bạn nên nhận tất cả các liều mà bạn đủ điều kiện nhận và khuyến khích bạn bè và gia đình cũng làm như vậy. Cả nhân viên y tế và công chúng đều có thể đặt lịch chủng ngừa bệnh cúm và COVID thông qua [hệ thống Nhân Vắc-xin \(Get Vaccinated\)](#). Đây chính là hệ thống được sử dụng để đặt lịch nhận vắc-xin ngừa COVID-19.

Ngoài việc chủng ngừa, tất cả chúng ta đều có thể giúp ngăn ngừa sự lây lan của bệnh đường hô hấp bằng cách:

1. Ở nhà nếu bạn cảm thấy không khỏe và cố gắng tránh tiếp xúc với những người có nguy cơ cao hơn là sẽ mắc bệnh nghiêm trọng
2. Thực hiện các thói quen lịch sự về hô hấp: Đeo khẩu trang ở nơi đông người, nơi công cộng và ho, hắt hơi vào khuỷu tay
3. Rửa tay thường xuyên
4. Tránh chạm vào mặt, đặc biệt là mắt, miệng và mũi

Để biết thêm thông tin về cách bảo vệ bản thân và những người thân yêu của bạn, hãy đọc thêm từ trang web của Cơ quan Y tế [First Nations, Mùa Bệnh Đường hô hấp Lại Đến: Cách để Bảo vệ Bản thân](#).

Đưa ra Quyết định về việc Tìm kiếm sự Chăm sóc

Phòng Cấp cứu (Emergency - ER) trong các bệnh viện có thể rất đông, đặc biệt là vào mùa đông và các ngày nghỉ lễ. Đối với các tình trạng nguy kịch hoặc đe dọa đến tính mạng, hãy gọi 9-1-1 hoặc đến khoa cấp cứu gần nhất. Một số ví dụ về trường hợp khẩn cấp bao gồm nhưng không giới hạn ở:

- đau ngực
- khó thở
- chảy máu ồ ạt
- bất tỉnh
- gãy xương, hoặc nghi ngờ gãy xương
- các triệu chứng đột quỵ hoặc đau tim
- các triệu chứng nhiễm trùng máu
- cảm giác đau vào đầu thai kỳ

Trẻ sơ sinh dưới 3 tháng tuổi bị sốt cần được bác sĩ, bác sĩ gia đình của trẻ hoặc bác sĩ phòng cấp cứu khám cho càng sớm càng tốt. Trẻ có thể chuyển bệnh rất nhanh và cần phải có biện pháp tích cực để điều tra nguyên nhân gốc rễ gây bệnh. Để tìm hiểu thêm về thời điểm cần đưa con bạn đến phòng cấp cứu, hãy xem:

- [Bệnh viện Nhi đồng BC \(BC Children's Hospital\): Khi nào cần đưa con bạn đến Khoa Cấp cứu của Bệnh viện Nhi đồng BC](#)
- [Cơ quan Y tế Bản địa \(First Nations Health Authority\): Mùa Bệnh Vi-rút Đường hô hấp: Đưa ra những Quyết định Tốt cho Sức khỏe](#)
- [Cơ quan Y tế Fraser \(Fraser Health Authority\): Hướng dẫn cho phụ huynh về việc sử dụng phòng cấp cứu \(ER\) một cách thông thái](#)

Để biết thêm thông tin về các triệu chứng và thời điểm cần tìm kiếm sự chăm sóc, hãy xem:

1. [Thông tin dành cho cha mẹ tìm kiếm sự chăm sóc y tế cho trẻ em \(ChildHealthBC.ca\)](#): Nguồn thông tin này có thể giúp các gia đình đánh giá và quyết

định xem con họ có cần được chăm sóc y tế hay không. Có các bản dịch bằng [tiếng Ả Rập](#), [tiếng Punjab](#) và [tiếng Trung Giản thể](#)

2. [Khi nào cần đưa con bạn đến Khoa Cấp cứu \(Bệnh viện Nhi đồng BC - BC Children's Hospital\)](#): Các ví dụ bổ sung để giúp các gia đình quyết định xem con của họ có cần được chăm sóc khẩn cấp hay không
3. **8-1-1** HealthLink BC: Các gia đình có thể nói chuyện với y tá đã đăng ký hành nghề bất cứ lúc nào, tất cả các ngày trong năm
4. Đo nhiệt độ an toàn và chính xác: [HealthLinkBC File #99 Cách Đo Nhiệt độ: Trẻ em và Người trưởng thành](#)
5. Thông tin chi tiết về nguyên nhân gây sốt, cách điều trị, phòng ngừa và kiểm tra triệu chứng để hỗ trợ bạn quyết định về việc tìm kiếm sự chăm sóc:
 - [Sốt hoặc ớn lạnh, từ 11 Tuổi Trở xuống \(HealthLinkBC.ca\)](#):
 - [Sốt hoặc ớn lạnh, từ 12 Tuổi Trở lên \(HealthLinkBC.ca\)](#):
 - [Ho, từ 11 Tuổi Trở xuống](#)
 - [Ho, từ 12 Tuổi Trở lên](#)

Bệnh phổi và các tình trạng bệnh đường hô hấp thường gặp

Tìm hiểu thông tin về bệnh phổi và các tình trạng bệnh đường hô hấp bằng cách truy cập [trang Tình trạng Phổi và Hô hấp](#) (Lung and Respiratory Conditions) của chúng tôi hoặc chọn các tình trạng cụ thể bên dưới.

- [Viêm phế quản Cấp](#)
- [Hen suyễn](#)
- [Cảm lạnh](#)
- [Vi-rút Corona \(COVID-19\)](#)
- [Viêm thanh khí phế quản](#)
- [Bệnh cúm \(Cúm Mùa\)](#)
- [Nhiễm Vi-rút Hợp bào Hô hấp \(Respiratory Syncytial Virus - RSV\)](#)
- [Viêm xoang](#)
- [Ho gà](#)

Các tình trạng bệnh hô hấp khác

- [Hội chứng Suy Hô hấp Cấp tính \(Acute Respiratory Distress Syndrome - ARDS\)](#)
- [Viêm mũi Dị ứng](#)
- [Hít thở Khó](#)
- [Giãn phế quản](#)
- [Viêm tiểu phế quản](#)
- [Bệnh Bụi Phổi](#)
- [Bệnh Phổi Mạn tính ở Trẻ sơ sinh](#)

- [Xẹp phổi \(Tràn khí màng phổi\)](#)
- [COPD](#)
- [Bệnh Xơ nang](#)
- [Hội chứng Phổi do Vi-rút Hanta \(Hantavirus Pulmonary Syndrome - HPS\)](#)
- [Tràn dịch Màng phổi](#)
- [Viêm màng phổi](#)
- [Viêm phổi](#)
- [Thuyên tắc Phổi](#)
- [Nốt mờ Phổi](#)
- [Bệnh u hạt \(Sarcoidosis\)](#)
- [Hội chứng Hô hấp Cấp tính Nặng \(Severe Acute Respiratory Syndrome - SARS\)](#)
- [Chứng Ngưng thở Khi ngủ](#)
- [Ngáy](#)
- [Ngáy và Ngưng thở Khi ngủ do Tắc nghẽn](#)
- [Bệnh lao \(TB\)](#)

Cập nhật gần nhất: Ngày 28 tháng 9 năm 2023

Để biết thêm các chủ đề của HealthLinkBC File, hãy truy cập www.HealthLinkBC.ca/more/resources/healthlink-bc-files hoặc đến đơn vị y tế công cộng tại địa phương bạn. Để có thông tin và lời khuyên y khoa không khẩn cấp tại B.C., hãy truy cập www.HealthLinkBC.ca hoặc gọi số **8-1-1** (miễn phí). Để có sự giúp đỡ cho người điếc và lảng tai, xin gọi số **7-1-1**. Có các dịch vụ dịch thuật cho hơn 130 ngôn ngữ khi có yêu cầu.