

Bệnh sởi Measles

Bệnh sởi là gì?

Sởi là một căn bệnh nghiêm trọng do vi-rút sởi gây ra. Bệnh sởi có thể gây bệnh viêm não, khiến não bị sưng phù, có thể dẫn đến co giật, điếc hoặc tổn thương não. Cứ 3,000 người mắc bệnh sởi thì một người có thể tử vong do các biến chứng. Các biến chứng và trường hợp tử vong thường gặp nhất ở trẻ sơ sinh dưới 12 tháng tuổi và người trưởng thành.

Các biến chứng của bệnh sởi có thể bao gồm:

- Viêm tai
- Tiêu chảy
- Viêm phổi
- Viêm não (1 trong 1,000 trường hợp)

Nhờ chủng ngừa nên bệnh sởi hiện là một bệnh hiếm gặp ở Canada. Hầu hết các trường hợp mắc bệnh xảy ra ở những người chưa được chủng ngừa, bao gồm cả du khách đến Canada, những người đã đi nước ngoài.

Có vắc-xin chủng ngừa bệnh sởi không?

Ở B.C. hiện có 2 loại vắc-xin cung cấp sự bảo vệ chống lại bệnh sởi:

1. Vắc-xin ngừa bệnh sởi, quai bị, sởi Đức (measles, mumps, rubella - MMR)
2. Vắc-xin ngừa bệnh sởi, quai bị, sởi Đức và thủy đậu (measles, mumps, rubella and varicella - MMRV)

Những loại vắc-xin này được cung cấp miễn phí trong khuôn khổ chương trình chủng ngừa định kỳ cho trẻ nhỏ và cho những người khác cần được bảo vệ chống lại bệnh sởi. Để biết thêm thông tin, hãy xem [HealthLinkBC File #14a Vắc-xin ngừa bệnh sởi, quai bị, sởi Đức \(MMR\)](#) và [HealthLinkBC File #14e Vắc-xin ngừa bệnh sởi, quai bị, sởi Đức và thủy đậu \(MMRV\)](#).

Bệnh sởi lây lan như thế nào?

Bệnh sởi lây lan rất mạnh và dễ dàng. Khi một người bị nhiễm bệnh hít thở, ho hoặc hắt hơi, vi-rút sẽ lây lan trong không khí. Vi-rút sởi có thể tồn tại trong các giọt bắn (droplets) nhỏ trong không khí trong vài giờ. Bạn có thể bị nhiễm bệnh khi hít phải những giọt bắn này hoặc chạm vào các vật bị nhiễm vi-rút. Khả năng lây lan qua không khí của vi-rút sởi làm cho bệnh truyền nhiễm rất dễ dàng. Dùng chung đồ ăn, thức uống hoặc hút chung thuốc lá, hoặc hôn người có vi-rút cũng có thể khiến bạn gặp nguy cơ.

Bệnh này có các triệu chứng gì?

Các triệu chứng của bệnh sởi bao gồm sốt, ho, chảy nước mũi, mắt đỏ và viêm thường khó chịu khi ra trước ánh sáng. Tiếp theo các triệu chứng này là phát ban, ban đầu ở mặt và cổ, sau đó lan xuống ngực, cánh tay và cẳng chân. Phát ban kéo dài khoảng 4 đến 7 ngày. Cũng có thể có những đốm trắng nhỏ bên trong miệng.

Các triệu chứng có thể bắt đầu ngay từ thời điểm 7 ngày sau khi một người bị nhiễm vi-rút sởi.

Nếu tôi đã tiếp xúc với bệnh sởi thì sao?

Nếu bạn đã tiếp xúc với vi-rút sởi và chưa mắc bệnh hoặc chưa được chủng ngừa 2 liều vắc-xin sởi, bạn nên chủng ngừa để phòng bệnh. Bạn cần chủng ngừa vắc-xin trong vòng 72 giờ sau khi tiếp xúc với bệnh thì mới được bảo vệ chống lại vi-rút sởi. Những người sinh trước năm 1970 có thể không cần nhận loại vắc-xin này vì họ có lẽ đã mắc bệnh sởi.

Nếu bạn không thể nhận vắc-xin kịp thời hoặc bạn không được đề nghị nhận vắc-xin, thì bạn có thể được nhận huyết thanh miễn dịch để được bảo vệ. Huyết thanh miễn dịch chứa các kháng thể lấy từ máu người được hiến tặng. Kháng thể là các protein mà hệ miễn dịch của một người tạo ra để chống lại vi trùng, chẳng hạn như vi-rút hoặc vi khuẩn. Huyết thanh miễn dịch được đưa vào trong vòng 6 ngày kể

từ khi tiếp xúc với bệnh sởi có thể bảo vệ giúp bạn không bị nhiễm bệnh sởi hoặc làm cho bệnh bớt nghiêm trọng hơn. Để biết thêm thông tin, hãy xem [HealthLinkBC File #63 Huyết thanh miễn dịch](#).

Tôi nên làm gì nếu tôi nghĩ mình bị nhiễm bệnh sởi?

Nếu bạn bị sốt và phát ban, và nghĩ rằng bạn có thể đã mắc bệnh sởi, đặc biệt là nếu bạn đã tiếp xúc với người mắc bệnh sởi hoặc đi đến một khu vực có đợt bùng phát bệnh sởi, hãy đến một chuyên gia chăm sóc sức khỏe để thăm khám. Tốt nhất bạn nên gọi điện trước để được khám nhanh chóng và không lây nhiễm cho người khác. Bệnh sởi có thể lây lan dễ dàng ở những nơi như phòng chờ và phòng cấp cứu. Bác sĩ hoặc y tá ở khu vực phân loại bệnh nhân có thể đảm bảo rằng bạn được đưa vào khu vực kín để khám và đến phòng khám vào thời điểm mà phòng chờ trống. Hãy mang theo hồ sơ chủng ngừa của bạn. Một cuộc khám sức khỏe, xét nghiệm máu và việc lấy mẫu bằng cách ngoáy họng hoặc lấy mẫu nước tiểu sẽ được thực hiện để chẩn đoán bệnh sởi.

Tôi có thể làm thế nào để ngăn ngừa việc lây bệnh sởi cho người khác?

Một người bị bệnh sởi có thể truyền vi-rút cho người khác trong khoảng thời gian từ 4 ngày trước đến 4 ngày sau khi bắt đầu phát ban. Nếu bạn bị bệnh sởi, bạn có thể giúp ngăn ngừa lây bệnh sang người khác bằng cách:

- Ở nhà ít nhất 4 ngày sau khi bắt đầu phát ban

footer adjusted 0.75>1.25pt

- Rửa tay thường xuyên
- Ho hoặc hắt hơi vào khăn giấy hoặc ống tay áo chứ không phải vào bàn tay
- Không dùng chung đồ ăn, thức uống, hút chung thuốc lá hoặc hôn người khác

Tôi cần làm gì để điều trị tại nhà?

Sau khi đi khám ở chuyên gia chăm sóc sức khỏe, các gợi ý để điều trị tại nhà sau đây có thể giúp bạn thoải mái hơn trong khi bạn nghỉ ngơi và hồi phục:

- Uống nhiều chất lỏng như nước, nước trái cây và súp, đặc biệt nếu bạn bị sốt
- Nghỉ ngơi thật nhiều

Có thể dùng acetaminophen (ví dụ như Tylenol®) hoặc ibuprofen* (như Advil®) để giảm sốt hoặc đau nhức. Không nên dùng ASA (như Aspirin®) cho bất kỳ trẻ em nào dưới 18 tuổi do nguy cơ bị hội chứng Reye (Reye syndrome).

*Không được cho trẻ em dưới 6 tháng tuổi dùng Ibuprofen nếu chưa nói chuyện trước với chuyên gia chăm sóc sức khỏe của bạn.

Để biết thêm thông tin về hội chứng Reye, hãy xem [HealthLinkBC File #84 Hội chứng Reye](#).

Để biết thêm thông tin về chủng ngừa, hãy truy cập ImmunizeBC tại <https://immunizebc.ca>.



ImmunizeBC



BC Centre for Disease Control
Provincial Health Services Authority

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). Đối với người khiếm thính và lạng tai, hãy gọi số **7-1-1**. Có các dịch vụ dịch thuật cho hơn 130 ngôn ngữ khi có yêu cầu.