

Thông tin liên quan đến bệnh cúm (cúm)

Cúm là gì?

Có ba loại vi-rút cúm: loại A, loại B và loại C. Ở người thì cúm loại C được cho là hiếm khi đạt đến tỷ lệ dịch bệnh truyền nhiễm. Cúm lây truyền khi bạn hít phải vi-rút cúm chứa trong các giọt bắn do bệnh nhân bị nhiễm ho hoặc hắt hơi ra, hoặc khi bạn dùng bàn tay bị nhiễm vi-rút chạm vào miệng hoặc mũi của mình.

Khi một đứa trẻ bị nhiễm bệnh, trẻ không đến trường trong vòng 2 ngày (3 ngày đối với trẻ sơ sinh) sau khi hết sốt và 5 ngày kể từ khi khởi phát triệu chứng.

Các triệu chứng là gì?

Cảm cúm là kết quả của sự lây nhiễm qua các giọt nhỏ khi ho hoặc hắt hơi hoặc là kết quả của sự lây nhiễm khi tiếp xúc trực tiếp.

Các triệu chứng chính bao gồm sốt, ớn lạnh, nhức đầu, ho, đau họng, chảy nước mũi, đau cơ và đau khớp. Tuy nhiên, viêm phổi và viêm não có thể xảy ra ở trẻ em, người già và những người bị suy giảm hệ miễn dịch.

Bệnh này thường xảy ra khi nào?

Nguy cơ mắc bệnh tăng cao kể từ mùa thu, khi không khí trở nên khô hơn, cho đến mùa đông, số ca bệnh thường đạt đỉnh vào khoảng tháng Giêng.

Cách phòng bệnh như thế nào?

Để phòng bệnh, rửa tay thật kỹ bằng xà phòng và nước máy, dùng khăn sạch hoặc khăn giấy để lau khô tay, không dùng chung khăn với người khác.

Ngoài ra, hãy che miệng và mũi bằng khăn giấy khi ho hoặc hắt hơi để tránh lây bệnh sang những người xung quanh. Ngay lập tức thải bỏ khăn giấy đã qua sử dụng vào thùng rác vì chúng đã bị nhiễm vi-rút và các mầm bệnh khác, sau đó rửa tay thật kỹ.