

Bệnh Cúm Heo (H1N1)

Bệnh cúm heo là gì?

Bệnh cúm heo là một căn bệnh hô hấp cấp tính rất dễ lây nhiễm heo do siêu vi gây bệnh cúm lợn A gây ra. Bệnh này thường gây ra các dịch bệnh cúm heo.

Con người có thể mắc bệnh cúm heo không?

Các siêu vi gây bệnh cúm heo thường không nhiễm sang con người. Tuy nhiên, các trường hợp nhiễm cúm heo thông thường vẫn xảy ra. Các trường hợp này thường xảy ra như nhiễm siêu vi tiếp xúc trực tiếp với heo (ví dụ như trẻ em gần heo tại hộ gia đình hoặc các nhân viên làm việc trong ngành chăn heo). Tuy nhiên, chúng ta vẫn có các trường hợp lây nhiễm cúm heo từ người sang người.

Các triệu chứng của bệnh cúm heo ở người là gì?

Các triệu chứng của bệnh cúm heo người cũng giống như các triệu chứng của bệnh cúm theo mùa thông thường. Các triệu chứng có bao gồm sốt, ho, nghẹt mũi và nhức mỏi. Một số người mắc bệnh cúm heo cũng báo cáo là có triệu chứng đau họng, buồn nôn, ói mửa và tiêu chảy.

Bệnh cúm heo lây lan như thế nào?

Các siêu vi gây bệnh cúm có thể lây lan trực tiếp từ heo sang người và từ người sang heo. Trường hợp người nhiễm các siêu vi gây bệnh cúm heo thông thường xảy ra như khi người khoan cách gần với các con heo nhiễm siêu vi gây bệnh, ví dụ như các trại nuôi heo và các cuộc triển lãm gia súc có nuôi heo tại hộ gia đình. Vì lây bệnh cúm heo từ người sang người cũng có thể xảy ra. Người ta nghi ngờ bệnh cúm heo lây lan từ người sang người cũng giống như bệnh cúm theo mùa, có nghĩa là chủ yếu lây lan từ người sang người do người nhiễm siêu vi cúm heo ho hoặc

Một người nào đó mắc bệnh cúm heo có thể làm lây bệnh sang những người khác trong bao lâu?

Người nhiễm siêu vi cúm heo sẽ có khả năng lây bệnh trong vòng một ngày trước khi các triệu chứng khởi phát và cho tới chừng nào họ còn có các triệu chứng và có thể kéo dài tới 7 ngày sau khi phát bệnh. Trẻ em, đặc biệt là trẻ nhỏ, có thể có khả năng lây nhiễm trong thời gian lâu hơn.

Người ta có thể mắc bệnh cúm heo do ăn thịt heo không?

Không. Các siêu vi gây bệnh cúm heo không lây lan qua thực phẩm. Quý vị không thể mắc bệnh cúm heo do ăn thịt heo hoặc các sản phẩm làm từ thịt heo. Vì ăn thịt heo và các sản phẩm làm từ thịt heo cần đun chín và xử lý thích hợp bao gồm đảm bảo an toàn. Thịt heo cần đun tới nhiệt độ bên trong là 160°F để tiêu diệt tất cả các siêu vi và các tác nhân gây bệnh qua thực phẩm khác.

Bệnh cúm heo nghiêm trọng như thế nào?

Cũng giống như bệnh cúm theo mùa, bệnh cúm heo người có thể khác nhau về mức độ, tính nghiêm trọng. Trong khoảng thời gian từ 2005 tới tháng Một 2009, 12 trường hợp mắc bệnh cúm heo người đã được phát hiện tại Hoa Kỳ nhưng không có trường hợp nào tử vong. Tuy nhiên, bệnh cúm heo có thể rất nghiêm trọng, gây ra các biến chứng như bệnh viêm phổi.

Có các loại thuốc chữa bệnh cúm heo ở người không?

Các Trung Tâm Kiểm Soát và Ngừa Bệnh (CDC) khuyến cáo việc sử dụng oseltamivir hoặc zanamivir để điều trị và/hoặc ngừa bệnh cúm heo. Các loại thuốc kháng siêu vi là thuốc kê toa (thuốc viên, thuốc nước hoặc thuốc hít) có tác dụng ngăn ngừa bệnh cúm bằng cách không các siêu

vì gây bệnh cúm sinh sôi trong cộng thể. Nếu quý vị mắc bệnh, các loại thuốc kháng siêu vi có thể giúp quý vị thuyên giảm bệnh và giúp quý vị khởi bệnh nhanh hơn. Các loại thuốc này cũng có thể ngăn ngừa các biến chứng nghiêm trọng do bệnh cúm. Nếu quý vị đang đau bệnh và nghi ngờ mình mắc bệnh cúm, hãy liên lạc với bác sĩ của quý vị.

Các trường hợp mắc bệnh cúm ở người có thể được chẩn đoán như thế nào?

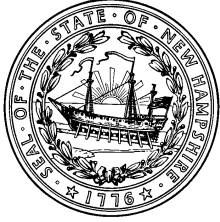
Chẩn đoán bệnh cúm heo loại A, thông thường người ta sẽ cần phải làm xét nghiệm qua ống hô hấp trong vòng 4 tới 5 ngày đầu tiên kể từ khi mắc bệnh (khi người mắc bệnh đã có khả năng lây lan siêu vi như cúm). Tuy nhiên, một số người, đặc biệt là trẻ em, có thể lây lan siêu vi trong 10 ngày hoặc lâu hơn. Những biến chứng siêu vi gây bệnh cúm heo loại A, phải làm xét nghiệm ở phòng xét nghiệm y tế công cộng của tiểu bang xét nghiệm.

Tôi có thể làm gì để bảo vệ bản thân ngừa bệnh?

Mặc dù hiện không có thuốc chủng ngừa bảo vệ ngừa bệnh cúm heo, có rất nhiều cách hoạt động hàng ngày mà quý vị có thể áp dụng giúp ngăn ngừa lây lan các vi trùng gây bệnh hô hấp, ví dụ như bệnh cúm:

- Che miệng và mũi bằng khăn giấy khi quý vị ho hoặc hắt hơi.
- Rửa tay thường xuyên bằng xà bông và nước, đặc biệt là sau khi quý vị ho hoặc hắt hơi.
- Cố gắng tránh tiếp xúc gần gũi với những người bệnh.
- Tránh dùng chung dao muỗng nĩa.
- Nếu quý vị mắc bệnh cúm, hãy nghỉ học hoặc nghỉ làm nhà và hạn chế tiếp xúc với những người khác tránh làm lây bệnh sang họ.

Nếu quý vị có các thắc mắc hoặc vấn đề lo ngại cụ thể về bệnh cúm heo, xin gọi đường dây giải đáp thắc mắc của công chúng về H1N1 (cúm heo) của tiểu bang New Hampshire tại 1-888-330-6764, từ 8 giờ sáng tới 8 giờ tối hàng ngày. Để biết thêm thông tin, xin tới trang mạng điện toán của Các Trung Tâm Kiểm Soát và Ngừa Bệnh tại www.cdc.gov/H1N1flu, gọi đường dây thông tin CDC tại 1-800-CDC-INFO, tới trang mạng điện toán của Tổ Chức Y Tế Thế Giới tại www.who.int, hoặc tới trang mạng điện toán của Sở Y Tế và Dịch Vụ Nhân Sự tiểu bang New Hampshire tại www.dhhs.state.nh.gov.



S Y T và D ch V Nhân S ti u bang New Hampshire
Ngày 1 tháng N m, 2009

Các Câu H i Th ng G p v B nh Cúm Heo

B nh cúm heo là gì?

B nh cúm heo là m t c n b nh hô h p heo do siêu vi gây b nh cúm lo i A gây ra. Các d ch b nh cúm heo x y ra th ng xuyên heo. Tuy nhiên, r t hi m khi các lo i siêu vi này lây sang ng i và gây ra nh ng c n d ch b nh l n.

Có các tr ng h p m c b nh cúm heo ng i t i Hoa K không?

Vào cu i tháng Ba và u tháng T 2009, các tr ng h p ng i nhi m siêu vi gây b nh cúm heo lo i A (H1N1) ã c ghi nh n l n u tiên t i Mi n Nam California và g n San Antonio, Texas. Các ti u bang khác c a Hoa K ã ghi nh n các tr ng h p m c b nh cúm heo ng i và các tr ng h p m c b nh c ng ã c ghi nh n nh ng n i khác trên th gi i. S tr ng h p m c b nh c xác nh n m i nh t t i Hoa K c ng t i trên trang m ng i n toán www.cdc.gov/swineflu/investigation.htm. Các Trung Tâm K i m Soát và Ng a B nh (CDC) và các c quan y t c p a ph ng và ti u bang ang h p tác làm vi c i u tra và theo dõi tình hình.

Có ph i là b nh cúm heo r t d lây lan không?

CDC xác nh r ng lo i siêu vi này có th lây lan và lây t ng i này sang ng i khác. Tuy nhiên, hi n t i ng i ta v n ch a bi t là lo i siêu vi này lây lan gi a ng i v i ng i d dàng nh th nào.

Các d u hi u và tri u ch ng c a b nh cúm heo ng i là gì?

Các tri u ch ng c a b nh cúm heo ng i c ng gi ng nh các tri u ch ng c a b nh cúm theo mùa thông th ng và bao g m s t, ho, au h ng, nh c m i ng i, au u, nh ng c n l nh run và m t m i. M t s ng i ã ghi nh n c tri u ch ng tiêu ch y và ói m a liên quan t i b nh cúm heo. C ng gi ng nh b nh cúm theo mùa, b nh cúm heo c ng có th làm các c n b nh mẫn tính t i m n tr m tr ng h n.

Ng i ta m c b nh cúm heo nh th nào?

Vì c lây lan cúm heo c coi là x y ra gi ng nh cách th c lây lan c a b nh cúm theo mùa, t ng i này sang ng i khác do nh ng ng i m c b nh cúm ho ho c h t h i. Chúng ta c ng có th m c b nh b ng cách ch m vào m t v t nào ó có dính siêu vi gây b nh cúm và sau ó ch m vào mi ng ho c m i c a chúng ta.

Khi nào m t ng i có th làm lây b nh cúm sang ng i khác?

Nh ng ng i m c b nh có th lây b nh sang nh ng ng i khác b t u t 1 ngày tr c khi các tri u ch ng phát sinh và cho t i 7 ngày ho c h n sau khi b nh. i u này có ngh a là

Quý v có thể làm lây bệnh cúm sang người khác trừ khi quý v biết là mình đau bệnh, cũng như trong khi quý v đang bệnh.

Mình có thể làm gì để ngăn ngừa bệnh cúm?

Điều quan trọng nhất mà mình cần làm để ngăn ngừa bệnh là những gì làm ra hàng làm: rửa tay thường xuyên. Điều quan trọng là cần phải tránh tiếp xúc gần gũi với những người đang mắc bệnh, người già, người lành bệnh và tiếp xúc thường xuyên. Điều quan trọng là tránh chạm vào bề mặt có thể đã dính siêu vi gây bệnh cúm.

Có thuốc chữa bệnh cúm heo không?

Có. CDC khuyến cáo vì các dòng oseltamivir hoặc zanamivir điều trị cho các trường hợp nhiễm siêu vi gây bệnh cúm heo này. Các loại thuốc kháng siêu vi là thuốc kê toa (thuốc viên, thuốc nước hoặc thuốc dạng hít) có tác dụng chữa bệnh cúm bằng cách ngăn chặn sự sinh sản của siêu vi gây bệnh cúm trong cơ thể. Nếu quý v mắc bệnh, các loại thuốc kháng siêu vi sẽ không chữa khỏi bệnh cúm mà sẽ giúp giảm nhẹ mức độ nghiêm trọng của bệnh và giúp quý v hồi phục nhanh hơn. Các loại thuốc này cũng có thể ngăn ngừa các biến chứng nghiêm trọng của bệnh cúm. Điều trị, các loại thuốc kháng siêu vi có công dụng nhất là sử dụng ngay sau khi mắc bệnh (trong vòng 2 ngày kể từ khi các triệu chứng xuất hiện).

Việc nhốt heo và các sản phẩm làm thịt heo có an toàn không?

Có. Bệnh cúm heo không lây lan qua thức phẩm. Quý v không thể mắc bệnh cúm heo do nhốt heo hoặc các sản phẩm làm bằng thịt heo. Và vì việc nhốt các sản phẩm thịt heo đã được nấu chín và xử lý thích hợp bảo vệ sức khỏe an toàn.

Chúng ta nên áp dụng những biện pháp phòng nào để bảo vệ bản thân tránh mắc bệnh?

Hiện tại không có thuốc chữa ngừa bệnh cúm heo vì đây là loại siêu vi mới. Tuy nhiên, có các sinh hoạt hàng ngày mà chúng ta có thể thực hiện giúp ngăn ngừa lây lan và tránh gây bệnh hô hấp như bệnh cúm, trong đó bao gồm:

- Rửa tay thường xuyên bằng xà phòng và nước (15-20 giây bằng xà phòng và nước ấm), đặc biệt là sau khi quý v ho hoặc hắt hơi. Các loại thuốc chùi rửa tay dạng nước cũng có tác dụng.
- Tránh tiếp xúc gần gũi với người bệnh.
- Nếu quý v mắc bệnh cúm, quý v nên nghỉ học hoặc nghỉ làm nhà và hạn chế tiếp xúc với những người khác để tránh lây bệnh sang họ.

Mình cần làm gì nếu mắc bệnh?

Nếu quý v cảm thấy mệt mỏi vì các trường hợp mắc bệnh cúm heo đã xác nhận hoặc quý v ít nhất là cảm thấy có những triệu chứng của bệnh cúm heo và quý v biết về các triệu chứng của bệnh cúm, trong đó bao gồm sốt, nhức mỏi, chán ăn, đau họng, ốm đau hoặc buồn nôn và tiêu chảy, quý v nên liên lạc với nhà cung cấp dịch vụ y tế của quý v, đặc biệt là nếu quý v lo ngại về các triệu chứng của mình.

Nhà cung cấp dịch vụ y tế của quý vị có thể xác định xem có cần thiết phải khám hoặc đi tư vấn cúm hay không.

Các dấu hiệu cảnh báo cần phải đi khám ngay là gì?

Trẻ em, các dấu hiệu cảnh báo cần phải đi khám ngay là:

- Thở nhanh hoặc khó thở
- Da tái xám
- Không uống chất lỏng
- Không thể giao tiếp hoặc không giao tiếp
- Quay quắt tim hoặc mất nhịp
- Các triệu chứng nghiêm trọng cúm đã nặng sau đó tái phát với triệu chứng sốt và ho trở lại
- Sốt kèm theo nôn mửa

Người lớn, các dấu hiệu cảnh báo cần phải đi khám ngay là:

- Khó thở hoặc thở dốc
- Tiếp tục sốt hoặc sốt cao
- Chóng mặt
- Lẫn lộn
- Ốm nặng hoặc dai dẳng

Làm thế nào biết là mình cần đi khám cúm heo?

Nhiệm vụ của chúng ta không bao giờ bị trễ vì chúng ta chưa biết mình có cần đi khám hay không, cũng như cúm heo theo mùa. Nếu quý vị đi khám bác sĩ, hãy làm một xét nghiệm cúm heo và xét nghiệm này có thể cho biết là quý vị có mắc cúm heo nào đó hay không. Sau đó, các mẫu xét nghiệm có thể gửi tới Các Phòng Xét Nghiệm Y Tế Công Cộng NH để xét nghiệm thêm nhằm xác định xem loại siêu vi cúm heo đó có phải là cúm heo hay không.

Để biết thêm chi tiết và nếu quý vị có thắc mắc về bệnh cúm heo của tiểu bang New Hampshire tại số 1-888-330-6764. Đường dây này làm việc hàng ngày, từ 8 giờ sáng tới 8 giờ tối. Quý vị cũng có thể tới trang mạng điện toán của Sở Y Tế và Dịch Vụ Nhân Sự NH tại www.dhhs.nh.gov, trang mạng điện toán của Các Trung Tâm Kiểm Soát và Ngừa Bệnh tại www.cdc.gov/H1N1flu, gọi đường dây thông tin của CDC tại 1-800-CDC-INFO hoặc tới trang mạng điện toán của Tổ Chức Y Tế Thế Giới (WHO) tại www.who.int.