

## **TĂNG CƯỜNG PHÒNG CHỐNG SỐT XUẤT HUYẾT VÀ HƯỞNG ỨNG NGÀY ASEAN PHÒNG CHỐNG SỐT XUẤT HUYẾT (15/6)**

Ngày ASEAN phòng chống sốt xuất huyết 15/6 hàng năm chính là cơ hội để các nước cùng nhau trao đổi và học hỏi nhằm nâng cao và cải thiện phương pháp phòng chống sốt xuất huyết một cách hiệu quả. Đây là hoạt động có ý nghĩa vô cùng quan trọng trong việc phòng chống sốt xuất huyết trong khu vực ASEAN và toàn cầu.

Sốt xuất huyết (SXH) là một trong những bệnh truyền nhiễm đang bùng phát mạnh ở thời điểm hiện tại, theo Tổ chức Y tế thế giới (WHO) mỗi năm có khoảng 50-100 triệu người mắc bệnh SXH trên toàn cầu. Sự gia tăng về số ca mắc cũng như phạm vi bùng phát dịch bệnh do nhiều nguyên nhân tác động như độ ẩm tăng cao, vào mùa mưa, quá trình đô thị hóa, sự gia tăng mật độ dân số, các hoạt động du lịch...

Hiện nay, bệnh SXH chưa có thuốc điều trị đặc hiệu đó là nguyên nhân dẫn đến tử vong cho con người; Trong đó trẻ em là đối tượng đặc biệt dễ bị tử vong nhất do hệ miễn dịch của trẻ chưa hoàn thiện. Bệnh SXH có thể xảy ra rải rác quanh năm, tuy nhiên vào mùa mưa dịch bệnh có nguy cơ bùng phát cao nhất. Nguyên nhân bệnh SXH gia tăng vào mùa mưa, đó chính là xuất phát từ thói quen sinh hoạt của con người. Muỗi có thể sinh sống và phát triển ở ngay trong các lon hộp phế thải, chum vại nước vỡ, bình bông, chén kê chân tủ, vũng nước lâu ngày không được dọn dẹp. Việc vứt rác thải bừa bãi như gạo dứa, vỏ xe cũng là một trong những nguyên nhân tiềm tàng gây ra bệnh SXH gia tăng vào mùa mưa. Bên cạnh đó là sự chủ quan của con người như: Khi ngủ không mắc mùng, không dọn dẹp nhà cửa tối tăm, ẩm thấp và trông chờ ỷ lại vào ngành Y tế. Đồng thời, do đặc điểm khí hậu nước ta là nóng ẩm mưa nhiều vào giai đoạn từ tháng 6-11 đây chính là khoảng thời tiết vô cùng thuận lợi cho việc muỗi vẫn đẻ trứng. Sau đó trứng nở thành lăng quăng và phát triển thành muỗi. Chính trong giai đoạn này mật độ của muỗi cao và làm cho bệnh SXH gia tăng.

Hưởng ứng “Ngày ASEAN phòng, chống sốt xuất huyết” là đợt hoạt động cao điểm nhằm xử lý, loại bỏ các vật thể chứa nước làm nguồn sinh sản cho muỗi khi mùa mưa đến. Trong thời gian này, đơn vị đã triển khai nhiều hoạt động như: Phun hóa chất diệt muỗi, tổ chức các đợt diệt lăng quăng, diệt muỗi; Vận động người dân vệ sinh nhà cửa, vệ sinh môi trường tại địa phương và tại các khu vực đang xảy ra bệnh sốt xuất huyết...

Để bảo vệ sức khỏe bản thân, gia đình và cộng đồng, ngành Y tế khuyến cáo người dân thường xuyên vệ sinh môi trường sạch sẽ, làm hạn chế tối đa nơi sinh sản và phát triển của muỗi bằng cách đậy kín dụng cụ chứa nước để muỗi không vào đẻ trứng; Thay nước ở các bình hoa, thả muối vào chén nước kê chân chạn; Thả cá vào các dụng cụ chứa nước lớn, thu gom, hủy các vật dụng phế thải trong nhà và xung quanh, lật úp dụng cụ

chứa nước khi không dùng đến. Quan trọng hơn là cần có sự vào cuộc của chính quyền các cấp, huy động được sự tham gia của Ban, ngành, đoàn thể và tổ chức xã hội tại địa phương trong việc rà soát các điểm nguy cơ ở cộng đồng bằng việc kiểm tra, giám sát và xử lý các điểm nóng về dịch bệnh và vận động người dân chủ động diệt lăng quăng, diệt muỗi trong chính ngôi nhà của mình.

Chiến dịch “Ngày ASEAN phòng, chống sốt xuất huyết” là một trong những hoạt động nhằm duy trì tính bền vững của việc phòng chống dịch bệnh dựa vào cộng đồng, là đợt phát động tuyên truyền nâng cao nhận thức người dân về bệnh sốt xuất huyết. Qua đó hướng dẫn các biện pháp ngăn ngừa và phòng chống bệnh tích cực; Nhằm giúp người dân tự bảo vệ mình đặc biệt vào mùa mưa, thời điểm dễ bùng phát dịch bệnh.

## ✿ 1. Tác nhân và hình ảnh nhận biết

### 🔍 Muỗi truyền bệnh sốt xuất huyết (muỗi vằn *Aedes aegypti*)

- Muỗi màu đen, thân và chân có vằn trắng đặc trưng
- Hoạt động chủ yếu ban ngày (sáng sớm, chiều tối)
- Sống gần con người, thường đậu trong nhà, góc tối

👉 Đây là loài muỗi chính truyền virus Dengue gây bệnh sốt xuất huyết.



*Muỗi Aedes aegypti có màu đen sẫm, trên thân và chân có những đốm trắng.*

### 🔍 Muỗi Anophen

Muỗi Anophen cũng là tác nhân truyền ký sinh trùng sốt rét cho người khá nhanh chóng. Con muỗi trưởng thành có màu nâu sẫm và đen. Điểm khác biệt của loài muỗi này so với những loài khác là lúc nghỉ ngơi phần bụng sẽ hướng lên,

không hướng xuống dưới. Chiều dài của cơ thể muỗi Anophen thường bằng với chiều dài của vòi, trên cánh có các vẩy màu đen trắng.




*Muỗi Anophen hoạt động từ khi mặt trời lặn đến khi mặt trời mọc và thường đậu trong nhà vài giờ sau khi đốt người.*

Những vùng nước ngọt là địa điểm lý tưởng để loài muỗi sốt rét trú ngụ và sinh sản. Trong suốt vòng đời, muỗi cái có thể thực hiện giao phối nhiều lần dù chỉ sống được vài tuần đến một tháng. Chúng thực hiện việc hút máu để bổ sung chất dinh dưỡng nuôi trứng lớn.

### **Ổ bọ gậy (lăng quăng) – nơi muỗi sinh sản**

- Xuất hiện trong nước đọng sạch: chum, vại, lốp xe, chai lọ...
- Trứng muỗi có thể sống nhiều tháng trong điều kiện khô

 Chỉ cần 1 dụng cụ có nước đọng là có thể trở thành ổ dịch.

## **2. Dấu hiệu nhận biết bệnh**

### **Giai đoạn sớm (2–7 ngày đầu)**

- Sốt cao đột ngột 39–40°C
- Đau đầu, đau sau hốc mắt
- Đau cơ, khớp, mệt mỏi
- Có thể phát ban

### **Dấu hiệu cảnh báo nặng (nguy hiểm)**

- Chảy máu cam, chân răng

- Nôn ra máu, đi ngoài phân đen
- Đau bụng, tay chân lạnh
- Vật vã, li bì

👉 Nếu không điều trị kịp thời, có thể **tử vong**

### 3. Mức độ nguy hiểm

- Có thể gặp ở **mọi lứa tuổi**
- Chưa có thuốc điều trị đặc hiệu
- Tỷ lệ tử vong có thể lên tới **20%** nếu không điều trị kịp thời

👉 Vì vậy: **PHÒNG BỆNH LÀ QUAN TRỌNG NHẤT**

### 4. Biện pháp phòng chống (CỰC KỲ QUAN TRỌNG)

#### Diệt lăng quăng – cắt nguồn bệnh

- Đậy kín dụng cụ chứa nước
- Thả cá vào bể nước
- Thay nước bình hoa thường xuyên
- Lật úp vật dụng phế thải

#### Diệt muỗi

- Phun hóa chất khi có dịch
- Dùng vợt điện, nhang muỗi
- Vệ sinh môi trường, phát quang bụi rậm

#### Phòng muỗi đốt

- Ngủ màn kể cả ban ngày
- Mặc quần áo dài tay
- Dùng kem/xịt chống muỗi

### 5. Hưởng ứng Ngày ASEAN phòng chống sốt xuất huyết (15/6)


Mục tiêu:

- Nâng cao nhận thức cộng đồng
- Chủ động phòng chống dịch
- Huy động toàn dân tham gia


#### 👉 **Hành động cụ thể:**

- Mỗi tuần 1 lần **diệt bọ gậy**
- Mỗi gia đình là **1 điểm chống dịch**
- Báo ngay cơ sở y tế khi có ca nghi ngờ

## 6. Thông điệp truyền thông

 **Không có lãng quãng – không có sốt xuất huyết**

 **Diệt muỗi, diệt bọ gậy là trách nhiệm của mỗi gia đình**

 **Chủ động phòng bệnh – bảo vệ sức khỏe cộng đồng**