

**BÀI TUYÊN TRUYỀN: PHÒNG CHỐNG CÁC BỆNH TRUYỀN NHIỄM  
KHI THỜI TIẾT GIAO MÙA**

*(Cúm mùa - Thủy đậu - Tay chân miệng - Viêm màng não mô cầu)*

**Kính thưa các bậc cha mẹ trẻ cùng toàn thể các đồng chí cán bộ, giáo viên, nhân viên nhà trường!**

Trước tình hình thời tiết giao mùa Đông - Xuân với đặc điểm độ ẩm cao, nồm ẩm kéo dài, đây là điều kiện môi trường lý tưởng để các loại vi khuẩn, virus gây bệnh bùng phát và lây lan diện rộng. Thực hiện kế hoạch công tác y tế học đường năm 2026, nhằm chủ động bảo vệ sức khỏe cho các con học sinh tại trường cũng như tại gia đình, **Ban Chăm sóc sức khỏe trường Mầm non Thanh Châu** xin gửi tới các bậc cha mẹ trẻ và các đồng chí nội dung hướng dẫn nhận biết, phòng chống 04 loại bệnh truyền nhiễm phổ biến sau:

**1. Dấu hiệu nhận biết đặc trưng**

- **Cúm mùa:** Sốt cao, đau đầu, đau mỏi cơ toàn thân, ho, hắt hơi và chảy nước mũi.
- **Thủy đậu:** Sốt nhẹ, mệt mỏi, sau đó xuất hiện các nốt ban đỏ phát triển thành mụn nước gây ngứa, mọc khắp cơ thể.
- **Tay chân miệng:** Sốt, đau họng, loét miệng (lưỡi, lợi) và nổi phỏng nước ở lòng bàn tay, lòng bàn chân, mông.
- **Viêm màng não mô cầu:** Đây là bệnh nguy hiểm nhất với triệu chứng sốt cao đột ngột, đau đầu dữ dội, buồn nôn, cổ cứng và có thể xuất hiện các vết tử ban (vết thâm tím) trên da.

**2. Con đường lây truyền chung**

Đa số các bệnh trên đều lây qua **đường hô hấp** (hít phải dịch tiết khi người bệnh ho, hắt hơi) hoặc qua **tiếp xúc trực tiếp** (chạm vào dịch nốt phỏng, đồ chơi, bề mặt nhiễm khuẩn).

**3. Các biện pháp phòng bệnh hiệu quả**

Để chủ động phòng bệnh, nhà trường và gia đình cần phối hợp thực hiện tốt các biện pháp sau:

- **Tiêm chủng đầy đủ:** Đây là biện pháp quan trọng nhất đối với Cúm, Thủy đậu và Não mô cầu.
- **Giữ gìn vệ sinh cá nhân:** Thường xuyên rửa tay bằng xà phòng cho trẻ và người chăm sóc. Súc miệng, họng hàng ngày bằng nước muối loãng.
- **Vệ sinh môi trường:** Thường xuyên lau sạch sàn nhà, đồ chơi, dụng cụ học tập bằng các chất sát khuẩn thông thường. Đảm bảo lớp học và nhà ở thông thoáng.
- **Ăn uống đủ chất:** Tăng cường dinh dưỡng để nâng cao sức đề kháng cho trẻ. Thực hiện "ăn chín, uống sôi".

- **Cách ly kịp thời:** Khi thấy trẻ có dấu hiệu nghi ngờ mắc bệnh, cần cho trẻ nghỉ học, đưa đến cơ sở y tế thăm khám và thông báo ngay cho nhà trường để có biện pháp xử lý ổ dịch.

#### **4. Cần làm gì khi trẻ nhiễm bệnh hoặc nghi ngờ nhiễm bệnh?**

Khi phát hiện trẻ có các dấu hiệu sốt, phát ban hoặc mệt mỏi bất thường, gia đình và nhà trường cần phối hợp thực hiện ngay các bước sau:

- **Cách ly kịp thời:** Cho trẻ nghỉ học và cách ly tại nhà (thời gian từ 7 - 10 ngày tùy loại bệnh hoặc cho đến khi hết các nốt phỏng) để tránh lây lan cho trẻ khác trong lớp. Tránh để trẻ tiếp xúc với phụ nữ mang thai và trẻ nhỏ chưa tiêm phòng.

- **Thăm khám y tế:** Đưa trẻ đến ngay cơ sở y tế để được bác sĩ chẩn đoán chính xác bệnh. **Đặc biệt lưu ý:** Với bệnh **Não mô cầu**, nếu thấy trẻ sốt cao kèm đau đầu dữ dội, cổ cứng, cần đưa đi cấp cứu ngay lập tức vì bệnh diễn tiến rất nhanh.

#### **- Chăm sóc và dinh dưỡng:**

+ Cho trẻ uống nhiều nước, ăn thức ăn lỏng, mềm, dễ tiêu hóa (như cháo, súp).

+ Vệ sinh răng miệng và thân thể bằng nước ấm. Với bệnh Thủy đậu và Tay chân miệng, tuyệt đối không làm vỡ các nốt phỏng để tránh nhiễm trùng và để lại sẹo.

- **Sử dụng thuốc đúng cách:** Chỉ sử dụng thuốc hạ sốt, thuốc kháng virus (như Tamiflu) theo chỉ định của bác sĩ. Không tự ý mua thuốc điều trị tại nhà.

- **Vệ sinh môi trường sau khi có ca bệnh:** Nhà trường phối hợp với phụ huynh khử khuẩn toàn bộ đồ dùng sinh hoạt, đồ chơi, sàn lớp học bằng dung dịch sát khuẩn (Cloramin B hoặc nước sát khuẩn thông thường).

- **Thông báo cho nhà trường:** Các bậc cha mẹ cần kịp thời thông báo tình hình sức khỏe của con cho giáo viên chủ nhiệm để nhà trường chủ động theo dõi các trẻ khác trong lớp và báo cáo cơ quan y tế khi cần thiết.

**Vì sức khỏe của con em chúng ta, kính mong các bậc cha mẹ trẻ và các đồng chí nghiêm túc thực hiện!**

*Phủ Lý, ngày 01 tháng 04 năm 2026*

**TRƯỞNG BAN**

**Nguyễn Thị Hiền**