

## NHỮNG TIN TỨC VỀ BỆNH CÚM MỚI H1N1 (CÚM) NÀY DÀNH CHO CÁC NGƯỜI CUNG CẤP DỊCH VỤ GIỮ TRẺ

Những tin tức về bệnh cúm Mới H1N1 (cúm) này dành cho các người cung cấp dịch vụ giữ trẻ. Chúng tôi gửi những tin tức này đến quý vị để giúp quý vị hiểu rõ hơn và chuẩn bị cho mùa cúm sắp tới.

Tình trạng căng thẳng về bệnh cúm mới – Novel H1N1 (đôi khi được gọi là “cúm heo”) – xuất hiện vào tháng Tư năm nay. Bệnh cúm lan truyền nhanh chóng trên toàn thế giới đưa đến việc Tổ Chức Y Tế Thế Giới (World Health Organization) tuyên bố dịch lớn H1N1. Điều này chỉ có nghĩa là hình thức cúm này đang lây lan nhiều trên thế giới. Ví-Rút cúm gây bệnh từ nhẹ đến trung bình đối với hầu hết các bệnh nhân, nhưng chỉ một vài trường hợp phải nhập viện hoặc tử vong. Mặc dù chúng ta đã có những hiểu biết rõ nét về cúm H1N1 trong nhiều tháng qua, chúng ta vẫn cần biết thêm về bệnh này trong khi bệnh tiếp tục lây lan.

Bệnh cúm là một bệnh thông thường về đường hô hấp. Triệu chứng gồm có nóng sốt, đau nhức mình mẩy, đau cổ họng, ho và chảy mũi. Đôi khi cũng ói mửa hoặc tiêu chảy, điều này rất thường xảy ra đối với các trẻ em.

**Cúm theo mùa** là một bệnh thông thường xảy ra mỗi năm. Bệnh có thể từ nhẹ đến nặng, và có thể đưa đến tử vong. Tại nước Mỹ mỗi năm trung bình có 36,000 người chết liên quan đến bệnh cúm, và trên 200,000 người phải nhập viện liên quan đến bệnh cúm. Trong số những người nhập viện đó, 20,000 là trẻ em dưới 5 tuổi. Trên 90% tử vong và khoảng 60% phải nhập viện xảy ra với những vị cao niên trên 65 tuổi.

Hiện nay, với **cúm H1N1**, số lượng ca nhiễm lớn nhất liên quan đến những người từ 5 đến 24 tuổi. Có một số ít ca nhiễm hoặc tử vong được báo cáo trong số người trên 64 tuổi; điều này rất khác biệt so với bệnh cúm theo mùa. Phụ nữ đang mang thai và có nguy cơ cao bị bệnh thường liên quan đến việc tăng nguy cơ nhập viện và tử vong vì cúm H1N1.

Những người cung cấp dịch vụ giữ trẻ và gia đình đóng một vai trò rất quan trọng hàng ngày trong việc giữ gìn sức khỏe cho trẻ em. Chúng tôi biết rằng các trẻ em tụ họp trong một nhóm sẽ lây bệnh nhanh chóng như bệnh cúm. Việc này xảy ra trong mùa cúm mỗi năm và chúng tôi dự trù sẽ xảy ra với cúm H1N1. Vì lý do này, đặc biệt quan trọng là những người cung cấp dịch vụ giữ trẻ thực hành và tích cực áp dụng thói quen giữ gìn sức khỏe trong tất cả mọi lúc, và đặc biệt trong thời gian có báo động về y tế công cộng:

- o Trẻ em và nhân viên bị bệnh giống như cúm (nóng sốt, ho và đau cổ họng) nên ở nhà không đến trường hoặc tham gia các chương trình giữ trẻ. Họ có thể trở lại sau khi cảm thấy khỏe và không bị sốt tối thiểu 24 giờ.
- o Trẻ em hoặc nhân viên có triệu chứng giống như bệnh cúm khi tới trường, hoặc những người bị bệnh trong ngày, nên được cách ly với những người khác ngay tức khắc trong một phòng riêng biệt, sau đó cho về nhà .
- o Phụ Huynh và Người Giám Hộ nên theo dõi con em của mình và nhân viên nên tự kiểm tra mỗi sáng về những triệu chứng cúm.
- o Những người cung cấp dịch vụ giữ trẻ phải thực hiện việc kiểm tra y tế tất cả trẻ em hàng ngày. Điều này đã được đề nghị đối với các chương trình giữ trẻ trước đây khá lâu trước khi nổi lên bệnh cúm H1N1. Những người cung cấp dịch vụ giữ trẻ không thực hiện kiểm tra y tế hàng ngày nên bắt đầu tiến hành ngay việc này.
- o Cải tiến vấn đề vệ sinh của học sinh và nhân viên. “Che miệng khi ho” là một cách đơn giản để giảm thiểu lây lan bệnh cúm. Điều này khuyến khích tất cả các nhân viên và trẻ em ho hoặc nhảy mũi vào một khăn giấy hoặc tay áo. Rửa tay thường xuyên cũng là điều quan trọng.
- o Những người cung cấp dịch vụ giữ trẻ phải làm sạch sẽ thường xuyên và khử trùng những mặt bằng thường hay đụng chạm đến, như bàn giấy, núm cửa, bàn chữ (keyboards) của máy điện toán, và đồ chơi.
- o Quản lý viên các chương trình giữ trẻ nên theo dõi các tin tức y tế mới của Tiểu Bang và các cơ sở y tế công tại địa phương.

Đang nỗ lực phát triển thuốc chích ngừa H1N1 (khác với thuốc ngừa cúm theo mùa hàng năm). Thuốc chích ngừa dự trữ sẽ có vào mùa Thu, mặc dù không biết chắc ngày nào. Những nơi giữ trẻ là nhóm có ưu tiên cao được nhận thuốc chích ngừa H1N1. Chúng tôi không dự trữ thiếu thuốc chích ngừa, nhưng số lượng thuốc và nhu cầu hiện tại không thể tiên đoán được. Các cơ quan y tế của Tiểu Bang và địa phương đang hợp tác với cộng đồng cùng làm việc để phát triển những cách có hiệu quả nhất để phân phối thuốc chích ngừa cho những nơi được khuyến cáo nhận khi có thuốc.

**Chúng tôi khuyến khích quý vị chuẩn bị ngay từ bây giờ về cả hai bệnh cúm theo mùa và cúm H1N1 trong mùa Thu.**

Điều quan trọng nên ghi nhớ là các đề nghị của các cơ quan y tế công có thể thay đổi tùy theo tình trạng thay đổi và khi được biết thêm về bệnh cúm. Hãy theo dõi những khuyến cáo của cơ quan y tế công để cập nhật. Muốn biết thêm tin tức hãy mở trang điện toán <http://www.mchealth.org/swineflu/>.