

## Bệnh Sởi Measles

### Sởi là gì?

Ban sởi, cũng còn gọi là sởi đỏ, là một bệnh nghiêm trọng gây nên bởi siêu vi trùng bệnh sởi.

Bệnh sởi có thể gây viêm óc, tức viêm não, có thể đưa đến động kinh, bị điếc, hoặc bại não. Cứ mỗi 3,000 người bị bệnh sởi thì có một người có thể chết vì biến chứng. Biến chứng và tử vong thì phổ biến hơn ở trẻ em nhỏ hơn 12 tháng tuổi và ở người lớn.

Các biến chứng của bệnh sởi có thể bao gồm:

- Nhiễm trùng lỗ tai (1 trong 10 ca)
- Tiêu chảy (8 trong số 100 ca)
- Viêm phổi (1 trong 10 ca)
- Phái nhập viện (1 đến 2 trong số 10 ca)
- Viêm não (1 trong mỗi 1,000 ca)

Vì có chủng ngừa, bệnh sởi hiện nay là bệnh hiếm gặp tại Canada. Hầu hết các ca xảy ra ở những người chưa được chủng ngừa, kể cả khách du lịch đến Canada, những người đã du lịch ra nước ngoài.

### Có thuốc chủng ngừa bệnh sởi hay không?

Hiện có sẵn 2 loại thuốc chủng ngừa tại B.C. có thể bảo vệ chống lại bệnh sởi:

1. Thuốc chủng ngừa bệnh Sởi, Quai Bị, Sởi Đức (MMR)
2. Thuốc chủng ngừa bệnh Sởi, Quai Bị, Sởi Đức và Thủy Đậu (MMRV)

Thuốc chủng được chích miễn phí như một phần của lịch trình chủng ngừa theo thông lệ ở tuổi thơ và cho những người khác cần sự bảo vệ chống lại bệnh sởi. Để biết thêm thông tin, xin xem [HealthLinkBC File #14a Thuốc Chủng Ngừa Bệnh Sởi, Quai Bị, Sởi Đức \(MMR\)](#) và [HealthLinkBC File #14e Thuốc Chủng Ngừa](#)

[Bệnh Sởi, Quai Bị, Sởi Đức và Thủy Đậu \(MMRV\)](#).

### Bệnh sởi lây lan như thế nào?

Bệnh sởi rất dễ lây và lây một cách dễ dàng. Khi một người bị bệnh sởi thở, ho, hoặc nhảy mũi, siêu vi trùng lây lan qua không khí. Siêu vi trùng bệnh sởi có thể sống sót trong những giọt nước nhỏ trong không khí trong vài giờ. Quý vị có thể bị lây nhiễm khi quý vị hít thở những giọt nước nhỏ này và chạm tay vào các đồ vật bị nhiễm siêu vi trùng. Siêu vi trùng lây qua đường không khí khiến bệnh trở nên rất dễ truyền nhiễm. Ăn chung, uống chung hoặc hút thuốc lá chung, hay hôn người nào có siêu vi trùng bệnh sởi cũng có thể khiến quý vị có nguy cơ nhiễm bệnh.

### Các triệu chứng là gì?

Các triệu chứng của bệnh sởi bao gồm sốt, ho, chảy mũi, mắt bị đỏ và bị sưng và thường rất nhạy cảm với ánh sáng. Các triệu chứng này tiếp theo với việc bị nổi sởi, bắt đầu trước tiên ở mặt và ở cổ, và lan dần xuống ngực, tay và chân, và kéo dài khoảng từ 4 đến 7 ngày. Trong miệng cũng có thể có các đốm trắng nhỏ.

Các triệu chứng có thể bắt đầu kể từ ngày thứ 7 trở đi sau khi một người đã bị nhiễm siêu vi trùng bệnh sởi.

### Nếu tôi đã từng bị bệnh sởi qua thì sao?

Nếu quý vị đã có tiếp xúc với siêu vi trùng bệnh sởi và chưa bị bệnh hoặc chưa chích 2 liều thuốc chủng ngừa bệnh sởi, quý vị nên chủng ngừa để đề phòng bệnh. Quý vị cần chủng ngừa trong vòng 72 tiếng sau khi tiếp xúc với siêu vi trùng bệnh sởi để được bảo vệ chống lại bệnh. Những người sinh trước năm 1970 không cần phải chích ngừa vì họ có thể đã bị bệnh sởi qua rồi.

Nếu không thể chích ngừa kịp thời hoặc nếu quý vị được khuyên không nên chích ngừa, quý vị có thể được truyền globulin miễn dịch để được bảo

vệ. Globulin miễn dịch chứa các kháng thể lấy từ máu người hiến tặng. Các kháng thể là các chất đậm mà hệ miễn nhiễm của một người tạo ra để chống lại các mầm bệnh, chẳng hạn như siêu vi trùng hoặc vi khuẩn. Globulin miễn dịch được truyền trong vòng 6 ngày kể từ ngày tiếp xúc với bệnh có thể bảo vệ chống lại các sự nhiễm trùng bệnh sởi hoặc làm cho bệnh ít bị nghiêm trọng hơn. Để biết thêm thông tin, xin xem [HealthLinkBC File #63 Globulin Miễn Dịch](#).

## Tôi phải làm gì nếu tôi nghĩ mình bị bệnh sởi?

Nếu quý vị bị sốt và nổi sởi và nghĩ mình có thể bị sởi, nhất là khi quý vị đã có tiếp xúc với một người bị bệnh sởi hoặc du lịch đến một nơi có sự bùng phát bệnh sởi, hãy nhờ chuyên viên y khoa khám bệnh cho quý vị. Tốt nhất nên gọi làm hẹn trước để quý vị được vào khám nhanh chóng và không lây lan cho những người khác. Bệnh sởi có thể lây lan dễ dàng ở những nơi như các phòng chờ đợi và các phòng cấp cứu. Bác sĩ hoặc y tá thẩm định mức độ bệnh tình (triage nurse) có thể bảo đảm quý vị được đưa vào một khu vực riêng để khám và đến y viện khi phòng đợi không có người. Hãy mang theo sổ chủng ngừa với quý vị. Quý vị sẽ được khám thân thể, thử máu, và quét lấy mẫu bên trong cổ họng hoặc lấy mẫu nước tiểu để xét nghiệm xem có bị bệnh sởi hay không.

## Làm thế nào tôi có thể ngăn ngừa việc lây bệnh sởi cho những người khác?

Một người bị bệnh sởi có thể lây siêu vi trùng sang cho những người khác từ 4 ngày trước khi cho đến 4 ngày sau khi sởi đỏ xuất hiện lần đầu trên người của họ. Nếu quý vị bị sởi, quý vị có thể giúp ngăn ngừa việc lây bệnh cho những người khác bằng cách:

- Ở nhà ít nhất 4 ngày sau khi sởi đỏ xuất hiện lần đầu tiên.
- Thường xuyên rửa tay.
- Ho hoặc nhảy mũi vào giấy lau mũi hoặc ống tay áo thay vì vào hai bàn tay của quý vị.
- Không ăn chung, uống chung hoặc hút thuốc lá chung, hoặc hôn người khác.

## Điều trị tại nhà là gì?

Sau khi khám bác sĩ, những mẹo vặt điều trị tại nhà sau đây có thể giúp quý vị cảm thấy đỡ hơn trong lúc quý vị nghỉ ngơi và bình phục.

- Uống thật nhiều chất lỏng chẳng hạn như nước, nước ép trái cây và súp, nhất là khi quý vị bị sốt.
- Nghỉ ngơi thật nhiều.

Có thể cho uống Acetaminophen hoặc Tylenol® nếu bị sốt hoặc đau nhức. KHÔNG nên cho bắt cứ người nào dưới 20 tuổi uống ASA hoặc Aspirin® vì rủi ro bị Hội chứng Reye.

Muốn biết thêm chi tiết về Hội Chứng Reye, hãy đọc [HealthLinkBC File #84 Hội Chứng Reye](#).

Muốn biết thêm chi tiết về chủng ngừa, hãy đến ImmunizeBC tại [www.immunizebc.ca](http://www.immunizebc.ca).

Muốn biết thêm các đề tài của HealthLinkBC File, vào [www.HealthLinkBC.ca/healthfiles](http://www.HealthLinkBC.ca/healthfiles) hoặc đến phòng y tế công cộng tại địa phương quý vị.

Bấm vào [www.HealthLinkBC.ca](http://www.HealthLinkBC.ca) hoặc gọi số 8-1-1 để biết chi tiết và các dịch vụ sức khỏe không cấp thiết tại B.C.

Muốn tìm trợ giúp cho người điếc và khiếm thính, gọi số 7-1-1 tại B.C.

Có dịch vụ dịch thuật với hơn 130 ngôn ngữ khi có yêu cầu của quý vị.



ImmunizeBC



BC Centre for Disease Control  
An agency of the Provincial Health Services Authority