

## Sởi Đức Rubella

### Sởi Đức là gì?

Bệnh sởi (rubella), cũng còn gọi là sởi Đức, là một bệnh do siêu vi trùng bệnh sởi gây nên.

Sởi Đức thường là bệnh nhẹ nhưng có thể rất nghiêm trọng cho phụ nữ mang thai và cho thai nhi trong bụng mẹ. Nếu một phụ nữ có thai nhiễm bệnh sởi Đức, họ có thể bị sảy thai hoặc sinh thai chết. Đứa con sinh ra có thể bị dị tật nghiêm trọng bao gồm bị điếc, bị các khuyết tật về mắt, tim, gan, lá lách và bại não. Điều này được gọi là Hội Chứng Sởi Đức Bẩm Sinh (Congenital Rubella Syndrome, viết tắt CRS). CRS xảy ra cho khoảng 9 trong số 10 em bé được sinh bởi các phụ nữ bị nhiễm bệnh sởi Đức trong 3 tháng đầu tiên của thai kỳ. CRS hiếm có vì rất nhiều phụ nữ được miễn dịch với bệnh sởi Đức do chủng ngừa theo thông lệ. Các trường hợp bệnh vẫn còn xảy ra tại Canada, tuy nhiên ở các trẻ sơ sinh của những phụ nữ di dân đến Canada vì chích ngừa bệnh sởi Đức không phải là sự chủng ngừa theo thông lệ ở nhiều nơi trên thế giới.

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

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

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 Đức. 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 \(MMRV\)](#).

### Nếu tôi dự tính có thai thì sao?

Nếu quý vị là phụ nữ đang trong độ tuổi mang thai, hãy bảo đảm quý vị được miễn dịch với bệnh sởi Đức

trước khi có thai. Nếu quý vị chưa được miễn nhiễm (quý vị chưa bị mắc bệnh qua hoặc chưa được chủng ngừa), quý vị nên chủng ngừa MMR, và rồi chờ 1 tháng trước khi có thai.

### Nếu tôi đã mang thai thì sao?

Nếu quý vị có thai và không biết mình có miễn nhiễm với bệnh sởi Đức hay không, quý vị sẽ được đề nghị thử máu để biết xem có sự miễn nhiễm với bệnh sởi Đức hay không như một phần của việc chăm sóc tiền sản của quý vị. Nếu quý vị chưa miễn nhiễm, quý vị nên chích ngừa trước khi có thai, tốt nhất là trước khi rời bệnh viện. Thuốc chủng ngừa bệnh sởi Đức không nên chích trong lúc có thai như một sự đề phòng tổng quát của việc tránh chích thuốc chủng có siêu vi trùng còn sống trong lúc có thai. Nếu một phụ nữ được chích thuốc chủng ngừa bệnh sởi Đức trong lúc có thai, thì đây không phải là lý do để phá thai. Thuốc chủng chưa bao giờ được biết là đã gây nên Hội Chứng Sởi Đức Bẩm Sinh (CRS).

### Bệnh sởi Đức lây lan như thế nào?

Sởi Đức lây qua sự tiếp xúc với nước bọt hoặc niêm dịch ở miệng, mũi, hoặc cổ họng của một người bị bệnh. Khi một người bị bệnh ho hoặc nháy mũi, siêu vi trùng lây lan qua các giọt nước nhỏ trong không khí. Quý vị có thể trở nên bị lây nhiễm khi quý vị hít thở những giọt nước nhỏ này hoặc chạm tay vào các đồ vật bị nhiễm siêu vi trùng. Ăn chung, uống chung hoặc hút thuốc lá chung, hay hôn người nào có siêu vi trùng cũng có thể khiến quý vị có nguy cơ bị nhiễm bệnh.

### Các triệu chứng là gì?

Các triệu chứng có thể bao gồm nổi sởi, bị sốt, đau nhức các khớp xương, nhức đầu, khó chịu trong người, chảy mũi và mắt bị ngứa. Các hạch bạch huyết nằm phía sau hai tai và ở sau cổ có thể bị sưng và bị đau.

Sởi có thể gây ngứa ngứa, bắt đầu nổi ở mặt và sau đó lan dần từ đầu xuống chân, và kéo dài khoảng từ 3

đến 5 ngày. Khoảng phân nửa tất cả các trường hợp nhiễm bệnh sởi Đức không có dấu hiệu nổi sởi. Các triệu chứng có thể xuất hiện từ 14 đến 21 ngày sau khi một người bị nhiễm siêu vi trùng bệnh sởi Đức. Trong hầu hết các trường hợp, các triệu chứng xuất hiện từ 14 đến 17 ngày sau khi tiếp xúc với siêu vi trùng.

### Nếu như tôi đã có tiếp xúc với bệnh sởi Đức thì sao?

Nếu quý vị đã có tiếp xúc với người nào bị bệnh sởi Đức và quý vị chưa bị bệnh hoặc chưa chích 1 liều thuốc chủng ngừa bệnh sởi Đức, quý vị nên chủng ngừa để bảo vệ chính mình chống lại sự tiếp xúc với siêu vi trùng bệnh sởi Đức trong tương lai. Hãy liên lạc với chuyên viên chăm sóc sức khỏe của quý vị để làm hạn chích ngừa.

Phụ nữ có thai có thể đã bị tiếp xúc với bệnh sởi Đức nên hỏi chuyên viên chăm sóc sức khỏe của mình để xác định xem họ đã được miễn dịch với bệnh sởi Đức hay chưa. Phụ nữ có thai đã tiếp xúc với bệnh sởi Đức và chưa miễn nhiễm với bệnh sẽ cần phải thử máu để xác định xem họ đã có bị nhiễm bệnh hay không.

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

Nếu quý vị bị sốt và nổi sởi và nghĩ mình có thể bị bệnh sởi Đức, nhất là nếu quý vị đã có tiếp xúc với người nào mắc bệnh sởi Đức hoặc đã du lịch đến một khu vực có sự bộc phát bệnh sởi Đức, hãy nhờ chuyên viên chăm sóc sức khỏe khám cho quý vị. Tốt nhất nên gọi làm hạn trước để quý vị được vào khám nhanh chóng và không lây nhiễm cho những người khác. Bệnh sởi Đức 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 quệt lấy mẫu bên trong cổ họng hoặc lấy mẫu nước tiểu để xét nghiệm xem có bị bệnh sởi Đức hay không.

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

Một người bị bệnh sởi Đức có thể lây siêu vi trùng sang cho những người khác từ 7 ngày trước cho đến 7 ngày hoặc hơn sau khi khi sởi xuất hiện lần đầu tiên. Nếu quý vị bị bệnh sởi Đức, quý vị có thể giúp

ngăn ngừa việc lây bệnh cho những người khác, nhất là cho phụ nữ có thai, bằng cách:

- Ở nhà trong thời gian 7 ngày sau khi sởi 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 những người khác.

### Điều trị tại nhà là gì?

Sau khi gặp chuyên viên chăm sóc sức khỏe, 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 bất 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 Immunize BC 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