

Thủy đậu (Varicella-Zoster)

Kính Gửi Phụ Huynh hoặc Người Giám Hộ,

Quý vị đang được cung cấp tờ thông tin này:

- Bởi vì quý vị hoặc con quý vị có thể đã tiếp xúc với bệnh thủy đậu (Varicella-Zoster).
- Chỉ dành cho mục đích thông tin.

Thông Tin Chung Về Bệnh Thủy Đậu

Bệnh thủy đậu là gì?

- Bệnh thủy đậu (trái rạ) do vi-rút varicella zoster gây ra là một loại vi-rút mụn rộp (herpes).
- Sau khi một người mắc bệnh thủy đậu, vi-rút thường tồn tại trong cơ thể và có thể gây ra bệnh zona (giời leo) ở người lớn.
- Vắc-xin ngừa bệnh thủy đậu có sẵn cho bất kỳ ai trên 1 tuổi.

Ai có thể mắc bệnh?

- Bất cứ ai cũng có thể mắc bệnh thủy đậu, nhưng nếu đã được tiêm vắc-xin thủy đậu thì khả năng mắc bệnh sẽ thấp hơn.
- Mặc dù hiếm gặp, nhưng một người có thể bị thủy đậu nhẹ nếu họ đã từng mắc bệnh này.
- Một số nhóm người có nguy cơ mắc bệnh nặng hoặc phát triển các vấn đề y tế cao hơn, bao gồm:
 - Trẻ em dưới 1 tuổi
 - Trẻ em trên 12 tuổi
 - Người lớn
 - Người bị suy giảm hệ miễn dịch
 - Người có thai
 - Những người chưa được tiêm vắc-xin thủy đậu
- **Những người thuộc nhóm có nguy cơ mắc bệnh nặng (xem ở trên) nên liên hệ với nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe nếu họ nghĩ rằng mình đã có tiếp xúc hoặc mắc bệnh thủy đậu.**

Các triệu chứng của bệnh là gì?

- Triệu chứng chính của bệnh là phát ban giống như mụn nước, ngứa, thường bắt đầu ở lưng, ngực và mặt. Các mụn nước (“thủy đậu”) nhỏ, màu hồng và chứa dịch.
- Sau 4 đến 5 ngày nốt thủy đậu sẽ khô lại và đóng vảy.
- Một người có thể có từ một vài nốt thủy đậu lên đến hơn 500 nốt thủy đậu trên cơ thể trong thời gian bị bệnh.
- Các triệu chứng khác có thể bao gồm:
 - Sốt (American Academy of Pediatrics – Viện Hàn Lâm Nhi Khoa Hoa Kỳ định nghĩa sốt là nhiệt độ từ 100.4°F [38°C] trở lên)
 - Mệt mỏi bất thường/mức độ hoạt động thấp
 - Chán ăn
 - Nhức đầu
- Thủy đậu đôi khi có thể gây ra tình trạng viêm phổi và nhiễm trùng da do vi khuẩn, đây là những tình trạng nghiêm trọng.

Bệnh được lây lan như thế nào?

Tài liệu này được Chương Trình Chăm Sóc Sức Khỏe Trẻ Em xem xét lần cuối vào tháng 1/2023 - Vietnamese

- Bệnh được lây lan rất dễ dàng. Một người chưa bao giờ bị thủy đậu hoặc chưa bao giờ tiêm vắc-xin thủy đậu, có 90% khả năng bị nhiễm bệnh nếu họ ở gần người bị thủy đậu.
- Vi-rút được tìm thấy trong chất dịch từ mụn nước và vảy.
- Vi-rút có thể được tìm thấy trong không khí sau khi người mắc bệnh thủy đậu thở ra (ví dụ: khi thở, nói, hát, tập thể dục, ho hoặc hắt hơi) và bắn các giọt nước và hạt nhỏ vào không khí.
 - Các hạt nhỏ hơn sẽ lơ lửng trong không khí và có thể ở đó hàng giờ (điều này được gọi là lây qua đường không khí).
 - Các giọt nước lớn hơn, thường không di chuyển quá 6 feet.
- Bệnh được lây lan:
 - Khi một người hít phải những giọt nước hoặc hạt nhỏ có chứa vi-rút.
 - Khi chạm vào một đồ vật hoặc bề mặt có vi-rút trên đó và sau đó chạm vào miệng, mắt hoặc mũi.
 - Khi dùng chung đồ dùng hoặc cốc với người bị thủy đậu.
- Bệnh thủy đậu cũng có thể được lây lan khi chạm vào mụn nước của người bị **zona (giời leo)**.
- Bệnh có thể mất từ 10 đến 21 ngày để các triệu chứng phát triển sau khi ở gần người bị bệnh thủy đậu.

Làm Sao Tôi Biết Nếu Con Tôi Bị Thủy Đậu?

Nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe có thể chẩn đoán bệnh thủy đậu bằng cách nhìn vào phát ban hoặc mụn nước trên da.

Vui lòng cho nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe biết rằng quý vị lo lắng về bệnh thủy đậu khi quý vị gọi để đặt lịch hẹn. Nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe có thể có hướng dẫn đặc biệt cho chuyến thăm khám bệnh của quý vị.

Tờ thông tin này chỉ cung cấp thông tin chung.

Phải Làm Gì Nếu Con Tôi Bị Thủy Đậu?

Thông báo ngay cho nhà trẻ hoặc trường mầm non nếu con quý vị bị thủy đậu.

Bệnh được điều trị như thế nào?

- Nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe có thể kê đơn thuốc kháng vi-rút để điều trị bệnh thủy đậu, đặc biệt đối với những người có triệu chứng nghiêm trọng hoặc có nguy cơ bị biến chứng nghiêm trọng. Trao đổi với nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe của quý vị về các lựa chọn để điều trị.
- Giữ cho trẻ thoải mái, cho trẻ nghỉ ngơi, uống nhiều nước và kiểm tra trẻ thường xuyên.
- Tắm cho trẻ bằng bột yến mạch ấm và sử dụng kem dưỡng da Calamine có thể tạm thời giúp giảm ngứa.
- Trẻ sơ sinh từ 3 tháng tuổi trở xuống bị sốt từ 100.4°F (38°C) trở lên nên được khám bởi nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe.
- Nói chuyện với nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe nếu quý vị có bất kỳ lo ngại nào về các triệu chứng của con mình. **Tham khảo ý kiến với nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe của con quý vị ngay lập tức nếu:**
 - Trẻ bị sốt cao (trên 102°F [38.9°C]) hoặc cơn sốt của trẻ kéo dài hơn 4 ngày.
 - Có dấu hiệu nhiễm trùng do vi khuẩn: khu vực xung quanh nốt thủy đậu trở nên đỏ, ấm, sưng hoặc mềm, hoặc nốt thủy đậu có mũ (chất lỏng đặc, đổi màu).
 - Trẻ bị cứng cổ, nôn mửa thường xuyên hoặc khó thở.

Tôi có thể làm gì để giúp ngăn chặn sự lây lan bệnh thủy đậu?

- Tiêm vắc-xin là cách tốt nhất để ngăn ngừa bệnh thủy đậu.
- Quý vị không cần tiêm vắc-xin nếu quý vị đã bị thủy đậu. Nếu quý vị không chắc liệu mình đã bị thủy đậu hay chưa, hãy nói chuyện với nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe về việc xét nghiệm máu.
- Tăng cường thông gió trong nhà.
- Rửa tay thường xuyên, đặc biệt là sau khi hắt hơi, ho, lau mũi và chạm vào mụn nước.
- Tránh chạm tay vào mắt, mũi và miệng.
- Tránh dùng chung cốc, dụng cụ ăn uống, thức ăn và đồ uống với người bị thủy đậu.
- Làm sạch kỹ đồ chơi và các đồ vật khác mà trẻ cho vào miệng bằng xà phòng và nước.
- Làm sạch và vệ sinh các bề mặt trong nhà.
- Giữ móng tay ngắn để giúp giảm thiểu gãi ngứa và để lại sẹo. Giữ móng tay sạch sẽ có thể giúp tránh nhiễm trùng da.

Tôi Nên Làm Gì Nếu Con Tôi Có Tiếp Xúc Với Bệnh Thủy Đậu?

- **Nếu trẻ đã được miễn dịch với bệnh thủy đậu** (đã tiêm 2 liều vắc-xin thủy đậu hoặc đã bị thủy đậu rồi), rất có thể trẻ sẽ không mắc bệnh. Hầu hết mọi người không bị thủy đậu nhiều hơn một lần.
- **Nếu trẻ chưa được miễn dịch với bệnh thủy đậu** (chưa tiêm 2 liều vắc-xin thủy đậu hoặc chưa bị thủy đậu), **tiêm vắc-xin thủy đậu trong vòng 3 ngày sau khi tiếp xúc có thể giúp ngăn ngừa bệnh.** Tiêm vắc-xin từ 3 đến 5 ngày sau khi tiếp xúc có thể sẽ không ngăn ngừa được bệnh thủy đậu nhưng có thể làm bệnh nhẹ hơn. Nói chuyện với nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe của quý vị về những việc cần làm.
- **Những người có nguy cơ cao bị biến chứng do thủy đậu, chẳng hạn như người bị suy giảm hệ miễn dịch, người mang thai và trẻ sinh non, nên liên hệ ngay với nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe của họ.**

Con Tôi Có Cần Phải Ở Nhà Và Không Đi Đến Nhà Trẻ Không?

Nếu con quý vị CÓ TIẾP XÚC với bệnh thủy đậu, trẻ không cần phải ở nhà trừ khi trẻ có các triệu chứng của bệnh thủy đậu.

Nếu con quý vị BỊ thủy đậu, trẻ cần phải ở nhà. Bất cứ ai bị thủy đậu, kể cả những người đã được tiêm vắc-xin, đều cần phải ở nhà, không được đi đến nhà trẻ cho đến khi tất cả các mụn nước đóng vảy và không có vết thương mới xuất hiện trong 24 giờ.

Vui lòng tuân theo chính sách ốm đau của chương trình chăm sóc trẻ em của quý vị.

Nguồn thông tin:

American Academy of Pediatrics

- *Caring for Our Children. Chapter 7 Infectious Diseases, 7.7 Herpes Viruses, 7.7.4 Varicella-Zoster (Chickenpox) Virus*
- *Managing Infectious Diseases in Child Care and Schools, 5th Edition. pages 71-73*

Centers for Disease Control & Prevention

- *Chickenpox (Varicella).* <https://www.cdc.gov/chickenpox/index.html>

MedlinePlus

- *Chickenpox.* <https://medlineplus.gov/chickenpox.html>

Tài liệu này được Chương Trình Chăm Sóc Sức Khỏe Trẻ Em xem xét lần cuối vào tháng 1/2023 - Vietnamese