

Viêm Kết Mạc (Đau Mắt Đỏ)

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 viêm kết mạc (đau mắt đỏ).
- Chỉ dành cho mục đích thông tin.

Thông Tin Chung Về Bệnh Viêm Kết Mạc (Đau Mắt Đỏ)

Bệnh viêm kết mạc là gì?

- Viêm kết mạc là bệnh nhiễm trùng mắt thường gặp ở trẻ em. Nó còn được gọi là bệnh đau mắt đỏ. Đây là tình trạng viêm lớp lót mỏng, trong suốt bên trong mí mắt và trên vùng lòng trắng của mắt. Bệnh có thể là do vi khuẩn, vi-rút và chất gây dị ứng (như vảy da thú cưng hoặc mạt bụi) hoặc chất kích thích hóa học gây ra.
 - Chỉ có viêm kết mạc do vi-rút và vi khuẩn gây ra là dễ lây lan.
 - Viêm kết mạc do dị ứng và hóa chất gây ra không lây lan từ người này sang người khác và không phải là trọng tâm của thư thông báo này.
- Viêm kết mạc do vi khuẩn gây ra phổ biến nhất vào tháng 12 đến tháng 4.

Ai có thể mắc bệnh?

Ai cũng có thể bị viêm kết mạc. Viêm kết mạc do vi khuẩn gây ra thường là ở trẻ nhỏ và trẻ em hơn là viêm kết mạc do vi-rút.

Các triệu chứng của bệnh là gì?

- Do vi khuẩn gây ra:
 - Mắt đỏ hoặc hồng, ngứa và đau.
 - Nhiều hơn một lượng nhỏ chất lỏng màu xanh lá cây hoặc màu vàng.
 - Mí mắt có thể bị dính vào nhau sau khi ngủ.
 - Có thể xảy ra ở một hoặc cả hai mắt.
- Do vi-rút gây ra:
 - Mắt hồng, sưng, chảy nước mắt.
 - Mắt có thể bị nhạy cảm với ánh sáng.
 - Có thể chỉ ảnh hưởng đến một mắt.
 - Có thể có các triệu chứng khác như sổ mũi, đau họng và đau tai.

Bệnh được lây lan như thế nào?

- Vi khuẩn và vi-rút gây viêm kết mạc được tìm thấy trong chất lỏng của mắt người bị bệnh.
- Cách lây lan phổ biến nhất là chạm vào mắt bằng tay chưa rửa sau khi chạm vào đồ vật hoặc bề mặt có vi-rút hoặc vi khuẩn trên đó.
- Vi-rút gây viêm kết mạc cũng có thể được tìm thấy trong các giọt nước bắn ra từ ho, hắt hơi và sổ mũi.
- Bệnh cũng có thể lây lan:
 - Thông qua việc tiếp xúc gần gũi, chẳng hạn như chạm vào nhau hoặc bắt tay.

- Dùng chung các vật dụng cá nhân có tiếp xúc với mắt, chẳng hạn như khăn tắm, khăn lau mặt, đồ trang điểm hoặc kính.
- Khi một người bị viêm kết mạc do vi-rút ho hoặc hắt hơi và một người khác hít phải những giọt bắn đó.

Làm Sao Tôi Biết Nếu Con Tôi Bị Viêm Kết Mạc?

Nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe có thể chẩn đoán bệnh viêm kết mạc bằng cách kiểm tra mắt.

Nếu quý vị có thêm câu hỏi hoặc lo ngại về việc con mình bị viêm kết mạc, hãy liên hệ với nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe của mình. Tờ thông tin này chỉ cung cấp thông tin chung.

Phải Làm Gì Nếu Con Tôi Bị Viêm Kết Mạc?

Thông báo ngay cho nhà trẻ hoặc trường mầm non nếu con quý vị bị viêm kết mạc.

Bệnh được điều trị như thế nào?

Nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe có thể xác định phương pháp điều trị tốt nhất, tùy thuộc vào nguyên nhân gây ra bệnh viêm kết mạc.

- **Vi khuẩn** gây ra viêm kết mạc được điều trị bằng thuốc kháng sinh. Các triệu chứng thường cải thiện 2-3 ngày sau khi bắt đầu điều trị.
- **Vi-rút** gây ra viêm kết mạc sẽ không được điều trị bằng thuốc kháng sinh.

Tôi có thể làm gì để giúp ngăn chặn sự lây lan bệnh viêm kết mạc?

- Rửa tay thường xuyên và trong ít nhất 20 giây. Nếu không có xà phòng và nước ấm, hãy sử dụng chất khử trùng tay có chứa ít nhất 60% cồn để làm sạch tay.
- Che mũi và miệng khi ho hoặc hắt hơi.
- Tránh chạm tay vào mắt, mũi và miệng.
- Vứt bỏ bông gòn hoặc khăn giấy dùng để lau chất lỏng trên mắt và rửa tay bằng xà phòng và nước ấm sau đó.
- Làm sạch kỹ các đồ vật mà tay hoặc mặt thường chạm vào, chẳng hạn như tay nắm cửa, điện thoại và đồ chơi.
- Tất cả vỏ gối, ga trải giường, khăn lau mặt và khăn tắm mà người bị viêm kết mạc sử dụng phải được giặt bằng nước nóng và chất tẩy rửa, để riêng khỏi đồ giặt của người khác.
- Tránh dùng chung đồ dùng cá nhân, chẳng hạn như khăn tắm, khăn lau mặt, kính và đồ trang điểm với người bị viêm kết mạc.

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

Không. Trẻ em có tiếp xúc hoặc đã được chẩn đoán mắc bệnh viêm kết mạc có thể tiếp tục đến nhà trẻ trừ khi:

- Trẻ bị sốt (nhiệt độ 100.4°F [38°C] hoặc cao hơn) cùng với các triệu chứng viêm kết mạc bởi vi-rút khác (sổ mũi, đau họng, đau tai).

- Trẻ cảm thấy không đủ khỏe để tham gia các hoạt động trong lớp học (ví dụ: mệt mỏi bất thường; đau mắt hoặc ngứa mắt; hoặc khó chịu nhiều hơn bình thường).

Vui lòng tuân theo chính sách ốm đau của chương trình chăm sóc trẻ em của quý vị. Các chương trình chăm sóc trẻ em có thể yêu cầu những trẻ có tiết dịch ở mắt phải ở nhà cho đến khi dịch tiết hết chảy ra hoặc cho đến khi trẻ được chẩn đoán bởi chuyên gia chăm sóc sức khỏe.

Nguồn thông tin:

American Academy of Pediatrics

- *Caring for our Children, Chapter 3 Health Promotion and Protection, 3.6 Management of Illness, 3.6.1 Inclusion/Exclusion Due to Illness*
- *Caring for Our Children Standard 7.5.1.1: Conjunctivitis (Pinkeye)*
- *Managing Infectious Diseases in Child Care and Schools, 5th Edition. Pages 141-142*

Centers of Disease Control & Prevention

- *Conjunctivitis website <https://www.cdc.gov/conjunctivitis/index.html>*

Child Care Health Program – Public Health Seattle & King County

- *<https://kingcounty.gov/depts/health/child-teen-health/child-care-health/disease-prevention.aspx>.
Disease Prevention Website*