

Bệnh Tay Chân Miệng (Hand, Foot, & Mouth Disease - HFMD)

Kính Gửi Phụ Huynh hoặc Người Giám Hộ,

Quý vị đang được cung cấp tờ thông tin này:

- Bởi vì quý vị hoặc con của mình có thể đã tiếp xúc với bệnh tay chân miệng (HFMD).
- Chỉ dành cho mục đích thông tin.

Thông Tin Chung Về Bệnh Tay Chân Miệng (HFMD)

Bệnh tay chân miệng là gì?

- Do vi-rút thuộc “nhóm enterovirus” gây ra.
- Đây là bệnh thường gặp ở trẻ sơ sinh và trẻ em dưới 5 tuổi.
- Nó có thể lây lan dễ dàng.
- Nó thường không nghiêm trọng.
- Nó phổ biến nhất là vào mùa hè và đầu mùa thu.
- Mặc dù nghe có vẻ giống nhau, nhưng “bệnh tay chân miệng (HFMD)” khác với “bệnh lở mồm long móng” được tìm thấy ở bò, cừu, dê và lợn.

Ai có thể bị bệnh?

- Bất kỳ ai cũng có thể mắc bệnh HFMD, ngay cả khi họ đã từng mắc bệnh này.
- Hầu hết các trường hợp bị bệnh là ở trẻ em dưới 5 tuổi.
- Nếu quý vị đang mang thai, hãy liên hệ với nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe của mình nếu quý vị nghĩ rằng mình đã có tiếp xúc hoặc mắc bệnh HFMD.

Các triệu chứng của bệnh là gì?

- Sốt (Viện Hàn Lâm Nhi Khoa Hoa Kỳ - American Academy of Pediatrics định nghĩa sốt là nhiệt độ từ 100.4°F [38°C] trở lên)
- Loét miệng có thể dẫn đến đau khi nuốt.
- Phát ban da bắt đầu như những chấm đỏ và thường phát triển thành mụn nước chứa đầy chất lỏng.
 - Mụn nước thường xuất hiện ở lòng bàn tay, ngón tay, và lòng bàn chân.
 - Các vết phỏng rộp có thể xuất hiện trên các bộ phận khác của cơ thể.
- Hầu hết các triệu chứng sẽ hết sau 7 đến 10 ngày.
- Một số người có thể không có triệu chứng nào, nhưng họ vẫn có thể lây vi-rút cho người khác.

Bệnh được lây lan như thế nào?

- Vi-rút được tìm thấy trong:
 - Giọt bắn khi ho, hắt hơi và sổ mũi
 - Chất lỏng từ mụn nước hoặc vảy
 - Chất lỏng hoặc nước dãi từ vết loét miệng
 - Phân
- Vi-rút có thể lây lan khi một người mắc bệnh HFMD ho hoặc hắt hơi và một người khác hít phải những giọt lỏng được bắn ra.

- Bệnh cũng có thể lây lan khi:
 - chạm vào đồ vật hoặc bề mặt có vi-rút trên đó rồi chạm vào miệng, mắt hoặc mũi.
 - dùng chung đồ dùng hoặc cốc với người bị bệnh HFMD.
- Động vật và vật nuôi không thể mắc hoặc lây bệnh HFMD.
- Một người có thể lây lan bệnh HFMD cho người khác trong nhiều tuần, ngay cả sau khi các triệu chứng đã biến mất.

Làm Sao Tôi Biết Nếu Con Tôi Bị HFMD?

- Nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe thường có thể chẩn đoán bệnh HFMD dựa trên các triệu chứng của một người.
- Nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe có thể xét nghiệm bệnh HFMD bằng mẫu bệnh phẩm lấy từ cổ họng hoặc phân. Vì có thể mất từ 2 đến 4 tuần để có kết quả xét nghiệm nên xét nghiệm này thường không được thực hiện.

Nếu quý vị có thêm câu hỏi hoặc tin rằng con mình bị bệnh HFMD, hãy liên hệ với nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe của quý vị. Tờ thông tin này chỉ cung cấp thông tin chung.

Điều Gì Sẽ Xảy Ra Nếu Con Tôi Bị Bệnh HFMD?

Thông báo cho nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc trẻ em hoặc trường mầm non của quý vị ngay lập tức nếu con quý vị bị bệnh HFMD.

Bệnh được điều trị như thế nào?

- Hiện không có thuốc đặc trị cho bệnh HFMD, nhưng quý vị có thể điều trị một số triệu chứng để giúp con mình dễ chịu hơn. Trao đổi với nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe của quý vị về các lựa chọn điều trị.
- Trẻ sơ sinh từ 3 tháng tuổi trở xuống bị sốt từ 100.4°F (38°C) trở lên nên được nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe thăm khám.
- Vì các vết lở miệng có thể gây đau nên trẻ có thể không muốn ăn và uống. Điều quan trọng là trẻ phải uống đủ nước để tránh bị mất nước.
- Nói chuyện với nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe của con quý vị nếu quý vị có bất kỳ lo ngại nào về các triệu chứng của con mình. **Nếu con quý vị có dấu hiệu mất nước (tã ướt ít hơn hoặc ít nước tiểu hơn bình thường, mệt mỏi hơn bình thường, chóng mặt, lười hoặc môi bị khô, ít nước mắt hơn), hoặc bị đau đầu dữ dội hoặc cứng cổ, thì trẻ cần được nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe thăm khám ngay lập tức.**

Làm cách nào để tôi có thể ngăn ngừa bệnh HFMD lây lan?

- Vi-rút dễ dàng được loại bỏ bằng xà phòng và nước.
- Rửa tay thường xuyên, đặc biệt là sau khi thay tã, đi vệ sinh, hắt hơi, ho hoặc lau mũi.
- Che mũi và miệng khi ho hoặc hắt hơi.
- Tránh chạm tay vào mắt, mũi và miệng.
- Tránh dùng chung cốc, dụng cụ ăn uống, thức ăn và đồ uống với bất kỳ ai mắc bệnh HFMD.
- Làm sạch hoàn toàn đồ chơi và các đồ vật khác mà trẻ cho vào miệng bằng xà phòng và nước.
- Làm sạch và khử trùng các bề mặt trong nhà.

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

Không. Trẻ em có tiếp xúc hoặc đã được chẩn đoán mắc bệnh Bệnh Tay Chân Miệng (Hand, Foot, & Mouth Disease - HFMD) có thể tiếp tục đến nhà trẻ **trừ khi**:

- Trẻ bị lở miệng và chảy nước dãi.
- Trẻ bị sốt (nhiệt độ 100.4°F [38°C] hoặc cao hơn) cùng với các triệu chứng khác của bệnh HFMD.
- Trẻ có những vết phỏng rộp rỉ nước, chứa đầy chất lỏng.
- Trẻ cảm thấy không đủ khỏe để tham gia các hoạt động trong lớp học (ví dụ: mệt mỏi bất thường; đau kính hoặc quấy khóc; hoặc khóc nhiều hơn bình thường).

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 3 Health Promotion and Protection, 3.6 Management of Illness, 3.6.1 Inclusion/Exclusion Due to Illness*
- *Managing Infectious Diseases in Child Care and Schools, 5th Edition. Pages 101-102*

Centers for Disease Control & Prevention

- *Hand, Foot, and Mouth Disease (HFMD).* <https://www.cdc.gov/hand-foot-mouth/>

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

U.S. Department of Agriculture (USDA)

- *Foot and Mouth Disease website*
<https://www.aphis.usda.gov/aphis/ourfocus/animalhealth/animal-disease-information/fmd/index>