

Bệnh Zona

Kính gửi Phụ Huynh hoặc Người Giám Hộ,

Quý vị nhận được tờ thông tin này:

- Vì quý vị hoặc con quý vị có thể đã bị phơi nhiễm với bệnh zona.
- Chỉ nhằm mục đích cung cấp thông tin.

Thông Tin Chung Về Bệnh Zona

Bệnh zona là gì?

- Bệnh zona là do vi-rút varicella zoster, cùng loại vi-rút gây bệnh thủy đậu.
- Nếu một người mắc bệnh thủy đậu ở những năm đầu đời thì vi-rút có thể hoạt động trở lại trong cơ thể họ nhiều năm sau đó, gây ra bệnh zona.

Ai có thể mắc bệnh?

- Bất kỳ ai đã bị bệnh thủy đậu trước đó đều có thể bị bệnh zona.
- Bệnh zona chủ yếu gặp ở những người trên 50 tuổi.
- **Quý vị không thể mắc bệnh zona từ người đang bị bệnh zona.** Tuy nhiên, những người chưa mắc bệnh thủy đậu hoặc chưa tiêm vắc-xin ngừa thủy đậu đều **có thể mắc bệnh thủy đậu** từ người mắc bệnh zona.
- Bất kỳ ai chưa mắc bệnh thủy đậu hoặc chưa tiêm các liều vắc-xin ngừa thủy đậu nên liên hệ với nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe nếu họ đã phơi nhiễm với bệnh zona hoặc cho rằng mình mắc bệnh thủy đậu.

Các triệu chứng như thế nào?

- Triệu chứng đầu tiên thường là cảm giác ngứa ran trên da, ngứa hoặc đau nhói.
- Sau vài ngày, phát ban xuất hiện dưới dạng sọc hoặc mảng da nổi lên, thường ở một bên cơ thể hoặc một bên mặt.
- Các vết sưng tấy phát triển thành những mụn nước nhỏ chứa đầy chất lỏng, khô đi và đóng vảy trong vòng vài ngày.
- Phát ban có thể gây ra nhiều triệu chứng, từ ngứa nhẹ đến đau dữ dội và có thể kéo dài ba đến năm tuần.

Bệnh lây lan như thế nào?

- Một người chỉ có thể mắc bệnh zona do vi-rút thủy đậu từ chính họ chứ không phải từ người khác.
- Vi-rút này có thể dễ dàng lây sang những người chưa mắc bệnh thủy đậu hoặc chưa tiêm đủ các mũi vắc-xin ngừa thủy đậu.
- Vi-rút này được tìm thấy trong chất lỏng của mụn nước của người bị bệnh zona.
- Vi-rút có thể lây lan:
 - Bằng cách chạm vào đồ vật hoặc bề mặt có vi-rút trên đó và sau đó chạm vào miệng, mắt hoặc mũi.
 - Khi một người hít phải những hạt vi-rút rất nhỏ bắn ra từ mụn nước, trước khi mụn nước khô và hình thành vảy.

- Những người mắc bệnh zona không thể làm lây lan vi-rút trước khi mụn nước xuất hiện hoặc sau khi phát ban đã khô và hình thành vảy.

Tôi Cần Biết Những Gì Sau Lần Phơi Nhiễm Đây?

Con quý vị không thể bị bệnh zona do việc phơi nhiễm này, nhưng trẻ có thể bị thủy đậu nếu không có khả năng miễn dịch. Miễn dịch có nghĩa là trẻ đã mắc bệnh thủy đậu hoặc đã được tiêm cả hai liều vắc-xin ngừa thủy đậu.

- **Nếu con quý vị có khả năng miễn dịch với bệnh thủy đậu**, phần lớn trẻ sẽ được bảo vệ khỏi việc mắc bệnh thủy đậu ở lần tiếp xúc này.
- Nếu con quý vị không có khả năng miễn dịch với bệnh thủy đậu:
 - Thông báo cho nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe của con. Có thể tiêm vắc-xin ngừa thủy đậu trong vòng 3 đến 5 ngày sau khi tiếp xúc để giúp ngăn ngừa bệnh thủy đậu hoặc làm bệnh bớt nghiêm trọng hơn.
 - Theo dõi các triệu chứng của thủy đậu (sốt, phát ban ở lưng, ngực hoặc mặt; ít hoạt động; chán ăn) trong tối đa 21 ngày sau khi tiếp xúc.
 - Thông báo cho chương trình chăm sóc trẻ nếu xuất hiện bất kỳ triệu chứng nào ở trên.

Tiêm phòng là cách tốt nhất để ngăn ngừa cả bệnh thủy đậu và bệnh zona.

- Nên tiêm vắc-xin ngừa thủy đậu cho trẻ từ 12 tháng tuổi trở lên và người lớn chưa từng mắc bệnh thủy đậu.
- Vắc-xin ngừa thủy đậu có thể làm giảm nguy cơ phát triển bệnh zona sau này trong đời.
- Vắc-xin ngừa bệnh zona hiện có sẵn cho những người trên 50 tuổi.
- Hãy trao đổi với nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe về một hoặc cả hai loại vắc-xin này cho các thành viên trong gia đình quý vị.

Nếu quý vị có thêm câu hỏi hoặc thắc mắc, hãy liên hệ với nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe. Tờ thông tin này chỉ cung cấp thông tin tổng quát.

Con Tôi Có Cần Ở Nhà Không?

Nếu con quý vị đã **PHƠI NHIỄM** với bệnh zona, trẻ vẫn có thể tiếp tục đến cơ sở chăm sóc trẻ trừ khi xuất hiện các triệu chứng của thủy đậu.

Nếu trẻ xuất hiện các triệu chứng của thủy đậu, trẻ cần phải ở nhà. Hãy thông báo ngay cho chương trình chăm sóc trẻ.

Vui lòng thực hiện theo chính sách nghỉ ốm của chương trình chăm sóc trẻ.

Tài liệu tham khảo

American Academy of Pediatrics

- Managing Infectious Diseases in Child Care and Schools, 6th Edition. Pages 81-82

Centers for Disease Control & Prevention

- Varicella (Chickenpox) website: <https://www.cdc.gov/chickenpox/index.html>
- Shingles (Herpes Zoster) website: <https://www.cdc.gov/shingles/index.html>