

# TỜ THÔNG TIN SỨC KHỎE CỘNG ĐỒNG

## BỆNH SỞI

Massachusetts Department of Public Health, 305 South Street, Jamaica Plain, MA 02130

### Bệnh sởi là gì?

Bệnh sởi là bệnh do một loại siêu vi gây ra rất dễ lây truyền từ người này đến người kia. Bệnh thường kéo dài từ một đến hai tuần. Người bị bệnh sởi lúc đầu trông có vẻ và có cảm giác như cảm lạnh. Ho, sốt cao, chảy mũi nước và mắt đỏ, ướm là các triệu chứng thường thấy. Một vài ngày sau đó, các vết ban đỏ bắt đầu xuất hiện trên mặt, và lan đi khắp cơ thể.

### Bệnh sởi có nguy hiểm không?

Có. Bệnh sởi thường gây tiêu chảy, viêm tai và viêm phổi. Điếc, mù, các bệnh lý co giật và các bệnh khác về não do sởi gây ra thường ít thấy hơn. Bệnh sởi còn có thể gây viêm não và tử vong, mặc dù ít có trường hợp như thế ở Mỹ. Bệnh sởi nguy hiểm nhất đối với trẻ em dưới 5 tuổi, người lớn trên 20 tuổi, phụ nữ có thai, và người có hệ miễn dịch yếu.

### Bệnh sởi lây lan như thế nào?

Bệnh sởi thường dễ lây hơn hầu hết các bệnh khác. Siêu vi gây bệnh sởi được sinh ra trong mũi và cổ họng và bị tung vào không khí khi người bệnh hắt hơi, ho hay nói chuyện. Siêu vi này có thể ở trong không khí đến 2 tiếng. Những người khác ở gần đó có thể hít siêu vi đó vào. Chạm vào khăn giấy hay uống chung ly với người bị sởi cũng có thể lây truyền siêu vi. Người bị sởi có thể bắt đầu truyền bệnh từ 4 ngày trước đến 4 ngày sau khi nổi ban. Các triệu chứng đầu tiên bắt đầu xuất hiện 10-14 ngày sau khi một người bị phơi nhiễm.

### Những ai bị bệnh sởi?

- Bất kỳ người nào chưa bao giờ bị sởi và chưa tiêm chủng sởi.
- Trẻ em nhỏ hơn 12 tháng, vì các trẻ em này quá nhỏ nên không tiêm chủng sởi được.
- Người lớn được tiêm phòng sởi trước năm 1968, vì một số vắc xin thời kỳ này không ngừa được sởi lâu.

### Bệnh sởi được chẩn đoán như thế nào?

Bởi vì bệnh sởi có thể trông giống như các bệnh khác gây nổi ban, cách duy nhất để biết chắc là quý vị có bị sởi không là đi xét nghiệm máu. Đôi lúc cũng cần kiểm tra họng và xét nghiệm nước tiểu.

### Làm thế nào để phòng tránh bệnh sởi?

- Hãy phòng ngừa cho con cái quý vị bằng cách tiêm chủng cho chúng khi chúng được 12- 15 tháng tuổi, và tiêm nhắc lại khi chúng sắp vào mẫu giáo. Vắc xin sởi thường được tiêm trong một mũi tiêm có tên là MMR, ngừa sởi, quai bị và rubella. Hiện nay các bệnh này ngày càng ít hơn do trẻ em được tiêm vắc xin MMR.
- Các điều luật tiểu bang buộc một số nhóm người phải được tiêm chủng sởi. Một số nhân viên chăm sóc y tế và tất cả các trẻ em ở các trung tâm chăm sóc, trường mẫu giáo (pre school), lớp 1-12 và trường cao đẳng (college) cần phải được tiêm 2 liều phòng sởi lúc nhập học, thông thường được tiêm vắc xin MMR kết hợp. Nhân viên chăm sóc trẻ em cũng cần được tiêm 2 liều vắc xin phòng sởi, tùy thuộc vào độ tuổi và các yếu tố khác. Việc xét nghiệm máu để biết khả năng miễn dịch cũng được yêu cầu thực hiện cho tất cả các nhóm.
- Phụ nữ dự định có con mà chưa được miễn dịch cần phải tiêm phòng MMR ít nhất là 4 tuần trước khi có thai.

- Nếu quý vị bị phơi nhiễm sởi, hãy nói chuyện với bác sĩ của quý vị ngay lập tức để xem thử quý vị cần tiêm chủng không. Nếu quý vị tiêm chủng không quá 3 ngày ( 72 tiếng) sau khi bị phơi nhiễm, điều này sẽ giúp quý vị phòng tránh sởi. Người không thể tiêm chủng có thể được điều trị với miễn dịch globulin (kháng thể IG) trong thời gian đến tận 6 ngày sau khi bị phơi nhiễm. IG không thể ngừa sởi, nhưng nó có thể làm cho bệnh nhẹ đi.
- Người bị sởi nên tránh xa những người không được miễn dịch cho đến khi khỏi bệnh. Các điều lệ tiểu bang buộc bất kỳ người nào mắc bệnh sởi phải được cách ly 4 ngày sau khi nổi ban. Điều này có nghĩa là họ phải tránh xa những nơi công cộng như các trung tâm chăm sóc, trường học và sở làm.

## Vắcxin MMR có an toàn không?

Có. Vắcxin này an toàn cho hầu hết mọi người. Tuy nhiên, một loại vắcxin, cũng như một loại thuốc, có thể gây các phản ứng phụ ở một số người. Vắcxin MMR có thể gây sốt, nổi ban nhẹ, đau hay cứng khớp nhất thời. Các vấn đề nghiêm trọng hơn, như co giật, chảy máu, dị ứng thì ít thấy. Chích ngừa vắcxin MMR thì an toàn nhiều hơn là mắc bệnh sởi, và hầu hết mọi người không gặp vấn đề gì với vắcxin này.

## Ai không nên tiêm chủng vắcxin MMR?

- Những người bị dị ứng nặng với gelatin, thuốc neomycin hay với các liều vắcxin trước đây.
- Phụ nữ có thai hay phụ nữ đang muốn có thai trong vòng 4 tuần không nên chích ngừa MMR cho đến khi họ đã sinh con.
- Những người bị ung thư, HIV hay mắc các bệnh khác, hay những người đang được điều trị mà hệ miễn dịch bị yếu nên kiểm tra với bác sĩ hay y tá của mình trước khi tiêm vắcxin.
- Những người mới đây được truyền máu hay được tiêm những sản phẩm máu nên kiểm tra với bác sĩ hay y tá của mình trước khi được tiêm vắcxin.
- Những người bị sốt cao không nên được tiêm vắcxin cho đến khi hết sốt và khi các triệu chứng khác hết đi.

## Có phải những nhân viên chăm sóc y tế cần cẩn trọng nhiều hơn với bệnh sởi?

Có. Nhân viên chăm sóc y tế không được miễn dịch với sởi có thể nhiễm siêu vi và truyền nó cho bệnh nhân của họ, điều này có thể làm cho những bệnh nhân này ngã bệnh một cách nguy hiểm. Đó là lý do tại sao người ta khuyên cáo một số nhân viên chăm sóc y tế chưa bao giờ bị sởi và không chứng minh được là họ đã được tiêm vắcxin không được làm việc vào ngày thứ 5 đến ngày thứ 21 sau khi bị phơi nhiễm với bệnh sởi hay ít nhất là 4 ngày sau khi bắt đầu nổi ban. Những nhân viên y tế sinh vào năm 1957 hay sau đó có tiếp xúc trực tiếp với bệnh nhân phải chứng minh là họ được tiêm 2 liều vắcxin, liều đầu chích sau ngày sinh nhật đầu tiên của họ và hai liều đều được tiêm sau năm 1967. Những nhân viên y tế lớn tuổi hơn (những người được sinh trước năm 1957) phải được tiêm ít nhất 1 mũi vắcxin phòng sởi để chắc là họ được miễn dịch.

## Tôi có thể tìm thêm thông tin ở đâu?

- Ban y tế địa phương của quý vị (được liệt kê trong sổ điện thoại dưới mục chính quyền địa phương của quý vị)
- Sở Y Tế Công Đồng Bang Massachusetts- Chương Trình Tiêm Chủng(Massachusetts Department of Public Health, Immunization Program) ở số (983-6800) hay số miễn cước phí (888) 658-2850 hay trang mạng của MDPH ở <http://www.state.ma.us/dph/>

Văn Phòng Khu Vực Đông Bắc	Tewksbury	(978) 851-7261
Văn Phòng Khu Vực Trung Tâm	West Boylston	(508) 792-7880
Văn Phòng Khu Vực Đông Nam	Taunton	(508) 977-3709
Văn Phòng Khu Vực Metro/Boston*	Jamaica Plain	(617) 983-6860
Văn Phòng Khu Vực Miền Tây	Amherst	(413) 545-6600

\*Các nhà cung cấp và cư dân Boston cũng có thể gọi đi đến Ủy Ban Sức Khỏe Công Đồng Boston ở số (617) 534-5611.

### Đường Dây Nóng Thông Tin Chủng Ngừa Quốc Gia CDC:

- Tiếng Anh 1-800-232-2522 hay tiếng Tây Ban Nha: 1-800-232-0233  
(Thứ Hai – Thứ Sáu, 8 giờ sáng – 11 giờ đêm)
- Điện thoại cho người khiếm thính TTY: 1-800-243-7889  
(Thứ Hai – Thứ Sáu, 8 giờ sáng – 10 giờ đêm)