

Tờ Thông Tin Bệnh Truyền Nhiễm

Bệnh viêm dạ dày ruột siêu vi

Bệnh viêm dạ dày ruột thường do nhiễm siêu vi gây ra, khiến người bệnh bị ói và tiêu chảy. Siêu vi khuẩn bệnh này dễ có nguy cơ lây lan từ người này sang người khác. Rửa tay kỹ bằng xà bông và nước chảy từ vòi là điều then chốt để ngăn chặn bệnh lây lan.

Lần Cập Nhật Chốt: Ngày 29 tháng Mười Một năm 2007

Bệnh viêm dạ dày ruột siêu vi là gì?

Viêm dạ dày ruột siêu vi là bệnh nhiễm trùng ở dạ dày và ruột thường xảy ra, khiến người bệnh bị ói và tiêu chảy. Bệnh này có thể do một số siêu vi khuẩn khác nhau gây ra, chẳng hạn như 'Rotavirus' và 'Norovirus' (trước đây gọi là siêu vi khuẩn 'Norwalk' đồng dạng). Bệnh viêm dạ dày ruột có thể do nhiều tác nhân khác gây ra trong đó có vi khuẩn, độc chất, ký sinh trùng và một số bệnh không truyền nhiễm.

Bệnh có những triệu chứng gì?

Những triệu chứng chính của bệnh viêm dạ dày ruột siêu vi là ói mửa và đi tiêu phân lỏng. Những triệu chứng khác có thể gồm buồn nôn, sốt, đau ở bụng, nhức đầu và đau nhức bắp thịt. Sau đó người bệnh có thể bị mất nước. Các triệu chứng bệnh có thể xuất hiện trong từ một đến ba ngày sau khi bị nhiễm vi khuẩn, và thông thường kéo dài từ một đến hai ngày, có khi lâu hơn.

Bệnh lây lan bằng cách nào?

Viêm dạ dày ruột siêu vi là bệnh truyền nhiễm dễ lây lan bằng chất ói hoặc phân của người bệnh khi:

- có sự tiếp xúc giữa người này với người khác, ví dụ như bắt tay với người bị bệnh và trên tay họ có siêu vi khuẩn
- đồ vật có dính siêu vi khuẩn
- thức ăn hay thức uống có siêu vi khuẩn

Bệnh cũng có thể lây lan bằng những hạt nước nhỏ li ti bắn ra trong không khí khi người bệnh ói ra.

Trong đa số trường hợp, bệnh lây lan từ người đã có những triệu chứng bệnh. Một số người không có triệu chứng bệnh vẫn có thể lây bệnh cho người khác, đặc biệt là trong 48 giờ đầu sau khi bình phục.

Ai dễ có nguy cơ bị mắc bệnh này?

Viêm dạ dày ruột siêu vi có thể ảnh hưởng đến người thuộc mọi độ tuổi.

Cách ngừa bệnh?

Sau khi tiêu/tiểu, thay tã và trước khi ăn hay nấu đồ ăn, hãy rửa tay kỹ bằng xà bông và nước chảy từ vòi trong ít nhất 10 giây và lau khô tay bằng khăn sạch.

Bệnh được chẩn đoán bằng cách nào?

Việc chẩn bệnh viêm dạ dày ruột siêu vi thông thường dựa trên triệu chứng bệnh. Việc xác nhận của phòng thí nghiệm là yếu tố quan trọng trong trường hợp bệnh bộc phát và cần xét nghiệm phân.

Bệnh được chữa trị như thế nào?

Hiện vẫn chưa có cách điều trị riêng biệt đối với bệnh viêm dạ dày ruột siêu vi ngoại trừ nghỉ ngơi và uống thật nhiều nước. Đa số người bệnh sẽ bình phục mà không bị biến chứng chi hết. Tuy nhiên, bệnh viêm dạ dày ruột siêu vi có thể là bệnh nguy hiểm đối với những người cơ thể khó bồi hoàn chất lỏng và bị mất muối do bị ói và tiêu chảy.

Người bị ói hoặc tiêu chảy nên:

- ở nhà nghỉ ngơi và đừng đi làm hay đi học hoặc đi nhà trẻ trong lúc bị bệnh
- không chế biến thức ăn cho người khác hoặc săn sóc bệnh nhân, trẻ em hay người già. Những biện pháp đề phòng này nên được tiếp tục cho đến sau khi đã ngưng tiêu chảy hoặc ói được 48 giờ. Điều này bao gồm người nấu ăn trong gia đình hoặc làm việc trong ngành chế biến thực phẩm.
- rửa tay kỹ bằng xà bông và nước chảy từ vòi trong 10 giây sau khi tiêu/tiểu
- uống thật nhiều nước trong, ví dụ như nước trái cây hoặc nước ngọt pha theo tỉ lệ 1:4, để cơ thể khỏi bị mất nước. Tránh uống nước trái cây và nước ngọt nguyên chất bởi lẽ chúng có thể làm cho quý vị bị mất nước và tiêu chảy nhiều hơn. Các nhà thuốc Tây có bán những thức uống để bồi hoàn chất lỏng và muối bị mất đi. Trong trường hợp mất nước trầm trọng, người bệnh có thể được truyền nước biển.

Sau khi đụng chạm người bệnh, người làm nhiệm vụ săn sóc người bị bệnh viêm dạ dày ruột nên luôn luôn rửa tay kỹ bằng xà bông và nước chảy từ vòi. Làm vệ sinh những chỗ và quần áo bị dơ sẽ giúp ngăn chặn việc siêu vi khuẩn lây lan thêm nữa.

Khi dọn dẹp chất ói hay phân, hãy:

- mang bao tay
- rửa tay bằng xà bông và nước chảy từ vòi trong 10 giây sau khi tháo bỏ bao tay
- dùng khăn giấy hay các miếng giẻ sử dụng một lần rồi bỏ để dọn dẹp bất cứ chất rắn nào và bỏ chúng vào bao nylon buộc chặt trước khi bỏ vào thùng rác

- làm vệ sinh bất cứ đồ vật hay bề mặt bị dơ bằng nước nóng và chất tẩy và để cho thật khô
- một số người cũng được khuyên nên mang khẩu trang.

Hệ thống y tế công cộng đối phó với bệnh này như thế nào?

Những vụ bộc phát bệnh viêm dạ dày ruột siêu vi dễ có nguy cơ xảy ra trong mùa Đông và thường xảy ra trong gia đình và ở nơi có nhiều người qui tụ, kể cả nhà dưỡng lão, bệnh viện, nhà trẻ và trường học. Bác sĩ và bệnh viện phải thông báo cho ban y tế công cộng địa phương biết khi có ít nhất hai trường hợp bệnh viêm dạ dày ruột có liên hệ với nhau.

Ban y tế công cộng có thể:

- hướng dẫn cách xác định vụ bộc phát bệnh
- hướng dẫn cách khống chế vụ bộc phát bệnh
- giúp điều tra vụ bộc phát bệnh để xác định nguồn bệnh và cách lây lan bệnh
- hướng dẫn về việc ngăn người bị bệnh viêm dạ dày ruột siêu vi đi làm, đi học hay đến những nơi tụ họp công cộng khác.

Muốn biết thêm thông tin - Ban Y Tế Công Cộng Tiểu Bang NSW

Muốn biết thêm thông tin, xin tiếp xúc với bác sĩ, ban y tế công cộng địa phương hay trung tâm y tế cộng đồng - xem dưới tiêu đề *NSW Government (Chính Phủ NSW)* ở phần trước quyển White Pages (Niên Giám Điện Thoại trắng).

Khu Vực Thành Thị	Địa Điểm	Số Điện Thoại	Vùng Nông Thôn	Địa Điểm	Số Điện Thoại
Northern Sydney/Central Coast	Hornsby	02 9477 9400	Greater Southern	Goulburn	02 4824 1837
	Gosford	02 4349 4845		Albury	02 6080 8900
South Eastern Sydney/Illawarra	Randwick	02 9382 8333	Greater Western	Broken Hill	08 8080 1499
	Wollongong	02 4221 6700		Dubbo	02 6841 5569
Sydney South West	Camperdown	02 9515 9420		Bathurst	02 6339 5601
Sydney West	Penrith	02 4734 2022	Hunter/New England	Newcastle	02 4924 6477
	Parramatta	02 9840 3603		Tamworth	02 6767 8630
Justice Health Service	Matraville	02 9311 2707	North Coast	Port Macquarie	02 6588 2750
NSW Department of Health	Nth Sydney	02 9391 9000		Lismore	02 6620 7500
NSW Health: www.health.nsw.gov.au					