

# Bệnh Tay, Chân và Miệng

## Hand, Foot and Mouth Disease

### Bệnh tay, chân và miệng là gì?

Bệnh tay, chân và miệng thông thường là một chứng bệnh nhẹ do vi khuẩn *coxsackievirus* hoặc *enterovirus* gây ra. Nó không phải là một chứng bệnh nguy hiểm và không liên quan gì đến một chứng bệnh xảy ra ở loài vật gọi là bệnh chân và miệng cả. Bệnh thường xảy ra ở trẻ em dưới 10 tuổi, nhưng những em lớn hơn và người lớn vẫn có thể mắc phải như thường.

### Triệu chứng

Bệnh tay, chân và miệng do vi khuẩn *coxsackievirus* hoặc *enterovirus* gây ra thường không có triệu chứng gì, hoặc nếu có thì chỉ rất nhẹ. Nếu có triệu chứng thường gồm các mụn nước lúc đầu xuất hiện như những đốm đỏ, nhưng sau đó biến thành các vết loét. Những mụn nước xuất hiện ở má, nướu răng, và hai bên lưỡi, cũng như ở bàn tay và bàn chân. Ở các em nhỏ, đôi khi các mụn nước có thể xuất hiện ở vùng các em mang tã, lót, và thường kéo dài từ 7 đến 10 ngày. Đôi khi các em có thể bị sốt nhẹ, đau cổ họng, mệt mỏi, mất tã và không ăn uống gì được từ một đến hai ngày. Rất ít khi vi khuẩn *coxsackievirus* gây ra những chứng bệnh khác ảnh hưởng đến tim, óc, hoặc màng óc (chứng viêm màng óc), phổi hoặc mắt.

### Bệnh có thường xảy ra không?

Bệnh tay, chân và miệng là một chứng bệnh thông thường và sự bùng phát có thể xảy ra trong các nhóm trẻ em; thí dụ như tại nhà trẻ.

### Bệnh lan truyền cách nào?

Bệnh tay, chân và miệng thường từ người này sang người khác qua sự tiếp xúc. Vi khuẩn từ phân của người này truyền sang miệng của người kia qua việc dùng tay bẩn. Nó cũng có thể lan truyền qua chất dịch tiết ra từ miệng hoặc hệ thống hô hấp của người bệnh, và qua việc tiếp xúc trực tiếp với chất dịch chảy ra từ các mụn nước. Sau khi tiếp xúc với một người bị bệnh, thông thường từ 3 đến 5 ngày các mụn nước bắt đầu xuất hiện. Nếu các mụn nước này chưa vỡ và khô đi, chúng vẫn chứa rất nhiều vi khuẩn gây bệnh. Vi khuẩn của bệnh tay, chân và miệng sống được trong phân hàng nhiều tuần lễ.

### Cách chữa trị

Thông thường bệnh không cần phải chữa trị. Quý vị có thể dùng thuốc paracetamol để làm nhẹ cơn sốt hay sự khó chịu. Đừng cho trẻ em uống thuốc cảm aspirin. Nếu thấy nhức đầu chịu không nổi hay sốt dai dẳng, nên đến bác sĩ nhờ khám ngay.

### Phương cách phòng bệnh

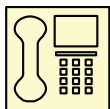
- Vệ sinh là phương cách phòng bệnh hữu hiệu nhất: sau khi đi tiêu hay tiểu, trước khi ăn, sau khi lau mũi, và sau khi thay tã hoặc quần áo bẩn cho các em, nên rửa tay thật sạch bằng xà phòng.
- Tránh dùng chung ly, tách, chén, đĩa, và những vật dụng khác với người bệnh (thí dụ: khăn tắm, khăn mặt và bàn chải đánh răng), và quần áo (đặc biệt là giày và vớ).
- Giặt quần áo bẩn thật sạch.
- Khi ho hay hắt hơi nên lấy tay bịt miệng và mũi lại. Lau mũi và miệng bằng giấy chùi miệng; dùng xong vứt đi và rửa tay thật sạch.

### **Cách ngăn chặn sự lan truyền của bệnh**

Những em bị bệnh tay, chân và miệng không nên cho đi học hay gửi nhà trẻ cho đến khi các mụn nước hoàn toàn khô.

Quý vị nên báo cho giám đốc nhà trẻ và hiệu trưởng của trường biết nếu con mình bị chứng bệnh này.

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



**1300 066 055**

[www.health.nsw.gov.au](http://www.health.nsw.gov.au)