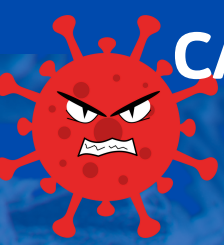




KHUYẾN CÁO



CÁC BỆNH THƯỜNG GẶP TRONG MÙA XUÂN



Cúm



Sởi



Rubella



Thủy đậu



Bạch hầu



Covid - 19



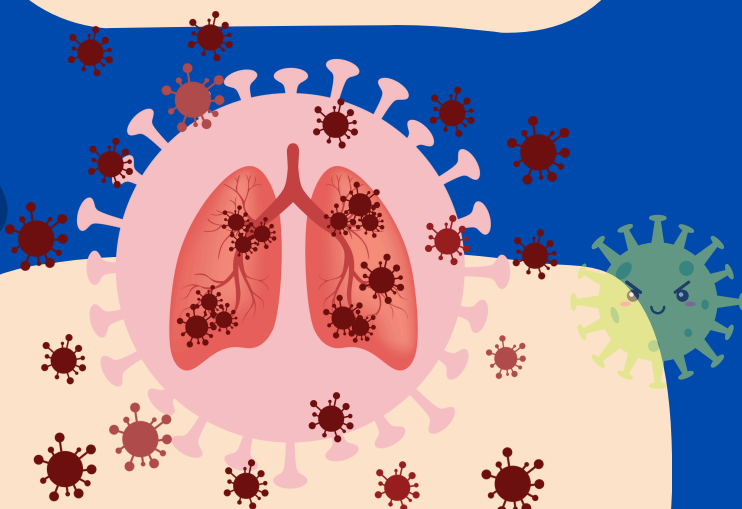
Quai bị



Viêm kết mạc mắt



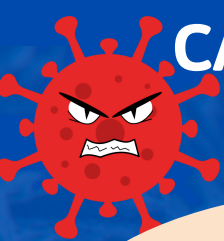
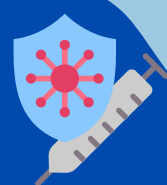
Ho gà



Viêm phổi do virus



KHUYẾN CÁO



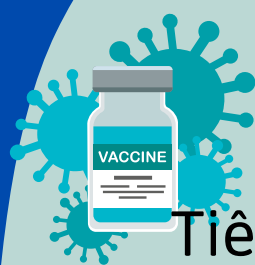
CÁC BỆNH THƯỜNG GẶP TRONG MÙA XUÂN

CÁC TRIỆU CHỨNG THƯỜNG GẶP

- Sốt nóng, người gai rét.
- Sổ mũi, ngạt mũi, ho, rát họng, hắt hơi...
- Đau đầu, đau nhức cơ bắp.
- Mệt mỏi, đắng miệng, chán ăn.
- Phát ban trên da với bệnh Sởi, Rubella.
- Sưng đau tuyến nước bọt mang tai trong bệnh Quai bị.
- Xung huyết kết mạc mắt trong bệnh Sởi.



CÁC BIỆN PHÁP PHÒNG BỆNH CÁ NHÂN



Phòng bệnh đặc hiệu:

Tiêm vaccine theo khuyến cáo của ngành y tế



Phòng bệnh không đặc hiệu:

- Giữ ấm cơ thể trong thời tiết giá rét.
- Ăn uống đủ chất; bổ sung vitamin và khoáng chất để nâng cao sức đề kháng.
- Tập thể dục đều đặn.
- Giữ gìn vệ sinh cá nhân.
- Hạn chế tiếp xúc với người có những biểu hiện: Ho, sốt, sổ mũi....
- Khi biểu hiện ho, sốt, sổ mũi, đau nhức cơ bắp, mệt mỏi...cần đeo khẩu trang, tránh tiếp xúc gần với người xung quanh. Nếu các triệu chứng nặng lên hoặc sốt 3 ngày không đỡ thì phải đi khám tại các cơ sở Y tế.
- Giữ vệ sinh môi trường trong nhà, trong lớp học
- Tham gia các hoạt động làm sạch môi trường của nhà trường và của địa phương nơi sinh sống.



PHÒNG Y TẾ HỌC ĐƯỜNG

