



Thông tin Y TẾ

Tháng 9/2017

Phụ trang dành cho nhân viên y tế thôn bản

TRUNG TÂM TRUYỀN THÔNG GIÁO DỤC SỨC KHỎE - SỞ Y TẾ THỪA THIÊN HUẾ

BỆNH ĐẠI

Theo báo cáo của Tổ chức Y tế Thế giới (WHO), bệnh đại phổ biến trên toàn thế giới. Mỗi năm có trên 10 triệu người bị súc vật đại hoặc nghi đại cắn phải đi điều trị dự phòng bằng vắc xin đại, có khoảng 60.000 - 70.000 người bị chết do bệnh đại, phần lớn được báo cáo từ các nước thuộc vùng nhiệt đới, nơi có tới 3/4 dân số thế giới sinh sống.

1. Đặc điểm của bệnh:

- Bệnh đại là bệnh nhiễm vi rút cấp tính của hệ thống thần kinh Trung ương từ động vật lây sang người bởi chất tiết, thông thường là nước bọt bị nhiễm vi rút đại. Hầu hết các trường hợp phơi nhiễm với bệnh đại đều qua vết cắn, vết liếm của động vật mắc bệnh đại, đôi khi có thể bị nhiễm qua đường tiếp xúc như hít phải khí dung hoặc ghép tổ chức mới bị nhiễm vi rút đại. Khi đã lên cơn đại, kể cả động vật và người đều dẫn đến tử vong.

- Tất cả loài động vật máu nóng đều có cảm nhiễm với vi rút đại ở mức độ khác nhau. Tính cảm nhiễm cao nhất là chó, chó sói, mèo, cáo rồi đến trâu, bò, ngựa, lợn, lạc đà, khỉ, gấu, chuột. Trong đó, chó bị mắc bệnh nhiều nhất. Dơi hút máu, dơi ăn hoa quả, dơi ăn côn trùng đều có thể nhiễm bệnh.

- Sức đề kháng của vi rút đại yếu, dễ bị bất hoạt ở nhiệt độ 56°C trong vòng 30 phút, ở 60°C/5 - 10 phút và ở 70°C/2 phút. Vi rút bị mất độc lực dưới ánh sáng và các chất sát khuẩn ở nồng độ 2 - 5%. Trong điều kiện lạnh 4°C, vi rút sống được từ vài tuần đến 12 tháng, ở nhiệt độ dưới 0°C sống được từ 3 - 4 năm. Vi rút đại được bảo tồn chủ yếu trong cơ thể vật chủ.

2. Triệu chứng của bệnh:

- Thời kỳ ủ bệnh: Thường thời gian ủ bệnh đại ở người từ 2-8 tuần, có thể ngắn khoảng 10 ngày hoặc dài trên một năm hoặc hai năm. Thời gian ủ bệnh phụ thuộc vào số lượng vi rút xâm nhập vào cơ thể, sự nặng nhẹ của vết thương, khoảng cách xa gần từ vết thương đến não bộ. Vết thương nặng, gần thần kinh trung ương thì thời gian ủ bệnh ngắn.

- Giai đoạn tiền triệu chứng: thường 1-4 ngày, biểu hiện cảm giác sợ hãi, đau đầu, sốt, mệt mỏi, khó chịu, cảm giác tê và đau tại vết thương nơi vi rút xâm nhập.

- Giai đoạn viêm não thường biểu hiện mất ngủ, tăng cảm giác kích thích như: sợ ánh sáng, tiếng động và gió nhẹ. Ngoài ra, còn có rối loạn hệ thần kinh thực vật như giãn đồng tử, tăng tiết nước bọt, vã mồ hôi, hạ huyết áp, đôi khi có biểu hiện xuất tinh tự nhiên.

- Bệnh tiến triển theo hai thể: thể liệt kiểu hướng thượng (hội chứng Landly) và thể cuồng.

- Bệnh thường kéo dài từ 2 - 6 ngày, đôi khi lâu hơn và chết do liệt cơ hô hấp.

3. Người bị súc vật cắn phải thực hiện nghiêm ngặt nội dung sau:

- Xử trí vết thương: Rửa ngay thật kỹ vết cắn bằng nước xà phòng đặc, sau đó rửa bằng nước muối, bôi chất sát trùng như: cồn, cồn iốt để làm giảm lượng vi rút tại vết cắn. Chỉ khâu vết thương trong trường hợp vết cắn đã quá 5 ngày. Tiêm vắc xin uốn ván và điều trị chống nhiễm khuẩn nếu cần.

- Tuyệt đối không được điều trị bằng thuốc nam

- Điều trị dự phòng người bị súc vật cắn

Tóm tắt điều trị dự phòng người bị súc vật cắn

Tình trạng vết cắn	Tình trạng súc vật (kể cả súc vật đã được tiêm phòng)		Điều trị
	Tại thời điểm cắn	Trong 15 ngày	
Da lành			Không điều trị
Da bị xước ở gần thần kinh trung ương	Bình thường		Tiêm vắc xin
	Có triệu chứng đại		Tiêm huyết thanh kháng đại (HTKD) và vắc xin đại
Da bị xước nhẹ xa thần kinh trung ương	Bình thường		Theo dõi súc vật
		Ôm, triệu chứng đại	Tiêm vắc xin ngay khi con vật có triệu chứng
Vết xước nhẹ, xa thần kinh trung ương	Không theo dõi được con vật		Tiêm vắc xin ngay
	Có triệu chứng đại		Tiêm HTKD và vắc xin ngay
- Vết thương gần não - Vết thương sâu, nhiều - Vết thương vùng đầu chi	- Bình thường - Không theo dõi được con vật		Tiêm HTKD và vắc xin phòng đại càng sớm càng tốt

Nguồn Cục Y tế Dự phòng - Thái Văn Khoa (tổng hợp)

MỘT SỐ LƯU Ý KHI NUÔI CON BẰNG SỮA MẸ

1. Phản xạ tạo sữa mẹ:

- Phản xạ tiết sữa (phản xạ Prolactin): Khi trẻ mút vú sẽ kích thích bài tiết Prolactin. Prolactin đi vào máu, đến vú và làm cho vú sản xuất sữa nên nếu trẻ bú nhiều thì vú mẹ sẽ tạo nhiều sữa hơn.

- Phản xạ phun sữa (Phản xạ Oxytocin): Khi trẻ mút vú sẽ kích thích bài tiết oxytocin. Oxytocin có tác dụng làm cho các tế bào cơ xung quanh nang sữa co lại đẩy sữa ra ngoài. Phản xạ Oxytocin bị ảnh hưởng bởi ý nghĩ của bà mẹ. Khi bà mẹ có những cảm giác tốt như hài lòng với con mình, gần gũi, yêu thương con, luôn tin tưởng vào việc nuôi con bằng sữa mẹ thì sẽ kích thích phản xạ Oxytocin.

- Ức chế tiết sữa: Trong sữa mẹ có một yếu tố phụ được gọi là chất ức chế tạo sữa. Khi một lượng sữa lớn đọng trong vú, chất ức chế sẽ tiết ra làm cho vú ngừng tạo sữa. Vì vậy muốn vú tạo nhiều sữa thì phải tạo cho vú luôn rỗng bằng cách cho trẻ bú thường xuyên hoặc vắt sữa ra.

2. Các loại sữa mẹ:

- **Sữa non:** Là loại sữa mẹ đặc biệt, được tiết ra trong 3 ngày đầu sau đẻ. Sữa non sánh đặc, có màu vàng nhạt hoặc trong. Sữa non chứa nhiều đạm hơn sữa trưởng thành. Trẻ khi bú đầy đủ sữa non sẽ tránh được bệnh dị ứng và nhiễm khuẩn. Nguyên nhân là do trong sữa non chứa các kháng thể IgA, IgD, IgG, IgM và một số lượng lớn bạch cầu (4000 bạch cầu trong 1 ml sữa non). Trẻ được bú sữa non trong những bữa bú đầu tiên là rất quan trọng, đặc biệt trong vòng 1 giờ đầu sau sinh. Sữa non đã có sẵn trong vú ngay khi trẻ sinh ra. Không nên cho trẻ bất cứ thức ăn, nước uống nào trước khi trẻ bắt đầu bú mẹ.

- **Sữa trưởng thành:** Sau khoảng 3 - 4 ngày sữa non chuyển sang sữa trưởng thành. Số lượng sữa nhiều hơn làm 2 bầu vú bà mẹ đầy, căng cứng. Người ta gọi đây là hiện tượng xuống sữa.

- **Sữa đầu bữa:** Là sữa được tiết ra đầu bữa bú của trẻ. Sữa đầu bữa có màu trắng trong, số lượng nhiều và cung cấp nhiều đạm, đường, nước và các chất dinh dưỡng khác.

- **Sữa cuối bữa:** Là sữa được tiết ra cuối bữa bú của trẻ. Bầu vú mẹ lúc này đã hết căng. Sữa cuối bữa có màu trắng đục vì chứa nhiều chất hơn sữa đầu bữa. Chất béo cung cấp nhiều năng lượng cho trẻ giúp trẻ lớn nhanh hơn.

3. Một số lưu ý khi nuôi con bằng sữa mẹ:

Trẻ bú càng sớm càng tốt ngay sau khi sinh (trong 1 giờ đầu) để kích thích mẹ tiết sữa. Cho trẻ bú theo nhu cầu bất kể ngày đêm. Bú hoàn toàn trong vòng 6 tháng đầu, không cần ăn thêm bất kỳ thức ăn đồ uống nào khác. Bú hết một bên vú rồi mới chuyển sang bên kia để đảm bảo trẻ được bú cả sữa đầu và sữa cuối. Thời gian trung bình mỗi bữa bú 15 - 20 phút. Nên cai sữa khi trẻ được 24 tháng hay lâu hơn nếu có thể. Khi mẹ bị bệnh, trẻ ốm, trẻ không tự bú được thì nên vắt sữa và cho trẻ ăn bằng thìa.

- Cách cho con bú:

Tư thế:

+ Tùy điều kiện mẹ có thể cho trẻ bú ở tư thế nằm hay ngồi nhưng phải đảm bảo bà mẹ và trẻ đều ở tư thế thoải mái, thư giãn.

+ Đầu và thân trẻ phải nằm trên cùng một đường thẳng.

+ Bụng trẻ áp sát vào bụng mẹ.

+ Mặt trẻ quay vào vú mẹ và mũi trẻ đối diện với núm vú.

+ Đỡ toàn bộ cơ thể trẻ

Cách ngậm bắt vú đúng:

+ Quầng vú ở phía trên miệng trẻ còn lại nhiều hơn quầng vú ở phía dưới.

+ Miệng trẻ mở rộng.

+ Môi dưới hướng ra ngoài.

+ Cằm trẻ chạm vào vú mẹ.

Hậu quả ngậm bắt vú sai:

+ Đau hay tổn thương núm vú (có thể nứt cổ gà).

+ Cương tức vú, tắc tia sữa.

+ Vú sẽ tạo ít sữa đi.

+ Trẻ đòi bú liên tục, khóc nhiều và mỗi lần bú kéo dài hoặc từ chối bú mẹ.

+ Trẻ tăng cân kém.

- **Vắt sữa có ích trong những trường hợp sau:** Giảm bớt căng tức sữa hoặc tắc ống dẫn sữa. Mẹ có núm vú tụt vào trong phải vắt sữa cho trẻ ăn trong khi trẻ đang tập bú. Vắt sữa cho trẻ từ chối bú mẹ ăn trong khi tập bú trở lại. Vắt sữa cho trẻ ốm hoặc trẻ sơ sinh có cân nặng thấp khi trẻ không thể bú được. Duy trì sự tạo sữa khi mẹ phải đi làm xa hoặc mẹ bị ốm không trẻ bú được. Đề phòng núm vú bị khô nứt hoặc đau.

- **Kỹ thuật vắt sữa bằng tay:** (nên để bà mẹ tự làm lấy): Rửa tay sạch. Ngồi hoặc đứng ở tư thế thoải mái và giữ một cốc đựng sữa ở gần vú. Đặt ngón tay cái ở phía trên quầng vú và núm vú, ngón tay trỏ đặt ở phía dưới quầng vú và núm vú đối diện với ngón tay cái, các ngón tay khác đỡ vú, ấn ngón cái và ngón trỏ một cách nhẹ nhàng về phía trong và vào thành ngực. Không nên ấn mạnh quá vì có thể làm tắc ống dẫn sữa. Ấn vào rồi bỏ ra, làm lại nhiều lần. Việc này không gây đau, nếu đau nghĩa là kỹ thuật làm sai. Xoay ngón tay vào quầng vú vùng bên cạnh để đảm bảo rằng sữa được vắt ra từ tất cả các khoang sữa. Tránh xoa bóp hoặc trượt các ngón tay dọc theo da, tránh ép vào núm vú vì ấn hoặc kéo núm vú không làm cho sữa chảy ra. Vắt mỗi bên vú tối thiểu 3 - 5 phút cho tới khi dòng sữa chảy chậm lại thì chuyển sang bên kia và sau đó lại vắt lại ở cả hai bên./.

Ths. Bs. Hà Thị Mỹ Dung - Trung tâm Chăm sóc SKSS