

TRƯỜNG MẦM NON NINH HÒA

TUYÊN TRUYỀN NGUYÊN NHÂN VÀ CÁCH PHÒNG TRÁNH BỆNH CÚM

1. Địa điểm : Trường Mầm non Ninh Hòa
2. Đối tượng tuyên truyền: Cán bộ giáo viên, nhân viên cùng toàn thể các bậc phụ huynh.
3. Hình thức tuyên truyền: bảng tuyên truyền nhà trường, góc tuyên truyền các lớp, Website.
4. Thời gian tuyên truyền: tuần 2 tháng 01 năm 2026
5. Nội dung tuyên truyền :

BÀI TUYÊN TRUYỀN BỆNH CÚM

Kính thưa các các bậc phụ huynh cùng toàn thể giáo viên nhân viên trong nhà trường.

Bệnh cúm là một nhiễm trùng hô hấp cấp tính lây lan mạnh do các virus cúm gây nên

+ Cúm thể điển hình

- đột ngột sốt cao 39-40°C, rét run. Đau đầu, đau mỏi khắp người.
- T/ch nhiễm trùng: sốt cao liên tục, môi khô, lưỡi bẩn, da, niêm mạc xung huyết
- T/ch đau: đau dữ dội, liên tục, trội lên khi sốt cao
- T/ch về hô hấp:

+ Thăm khám:

- Họng đỏ rực, 2 Amidal có thể to, đỏ
- Nghe phổi: ran rít, ran ngáy, ran ẩm to, vừa hạt, rải rác 2 phế trường hoặc khu trú

- Thời kỳ lui bệnh:

- Sau 2-4 ngày, nhiệt độ giảm đột ngột. BN vã mồ hôi, đi tiểu nhiều
- T/ch đau nhức, viêm họng đỡ dần, khỏi hẳn sau 7-10 ngày.

* **Vắ-xin PHÒNG BỆNH**

- Hiện chưa có VX dành riêng cho virus cúm A (H5N1).
- VX thường dùng hiện nay nhằm bảo vệ cơ thể chống lại virus cúm A (H1N1), (H3N2) và cúm B.
- Do đặc điểm hay thay đổi tính kháng nguyên của virus cúm nên cần xem xét và tiêm VX nhắc lại 1-2 lần mỗi năm mới đảm bảo có được hiệu quả bảo vệ.

- Có nhiều loại VX phòng cúm như VX sống giảm độc lực, VX bất hoạt với nguồn virus từ nuôi cấy phôi gà hoặc nuôi cấy tế bào, hoặc VX tái tổ hợp với vec-tơ adenovirus.

***Để phòng bệnh chúng ta cần:**

- Giữ ấm cơ thể khi thời tiết trở lạnh, nhất là khi đi chơi ngoài trời vào buổi tối hoặc sáng sớm, ở các vị trí quan trọng như bàn chân, bàn tay, ngực, cổ, đầu.

- Không nên tiếp xúc với người có biểu hiện bị cúm, viêm đường hô hấp và những chỗ đông người ngột ngạt, có khói thuốc lá.

- Phải uống nước ấm, tránh ăn những thức ăn lấy trực tiếp từ tủ lạnh như: Kem, đá.

- Tăng cường dinh dưỡng với thực đơn cân đối của các nhóm dưỡng chất như: Tinh bột, chất đạm, chất béo và rau củ quả.

- Bổ sung đầy đủ vitamin và khoáng chất. Đây là những dưỡng chất quan trọng vừa giúp các em phát triển hoàn thiện cả về thể chất lẫn tinh thần cũng như tăng cường hệ miễn dịch.

- Tiêm phòng vắc xin để phòng chống các loại bệnh.

- Một điều chúng ta cần lưu ý đặc biệt là ở lứa tuổi này khi mắc bệnh thì diễn biến thường nặng và khó lường... Do đó, nếu những bệnh lý này không được phát hiện, điều trị, xử trí sớm và đúng, sẽ xảy ra các biến chứng nguy hiểm như: Suy hô hấp cấp, viêm phổi, viêm tai, viêm màng não, áp xe phổi, tràn khí, tràn dịch màng phổi và có thể dẫn đến tử vong. Các em cần chú ý phòng và tuyên truyền đến bố mẹ người thân chữa bệnh kịp thời

Trên đây là một số kiến thức về cách phòng tránh bệnh cúm rất mong mọi người biết thực hiện để phòng tránh bệnh cho trẻ.

Tây Hoa Lư, ngày 12 tháng 01 năm 2026

NGƯỜI VIẾT BÀI

HIỆU TRƯỞNG



Bùi Thị Thanh Lý

Hoàng Thị Thu Hương

