

BÀI TUYÊN TRUYỀN PHÒNG CHỐNG BỆNH ĐAU MẮT ĐỎ

I. ĐAU MẮT ĐỎ

1. Đau mắt đỏ là gì?

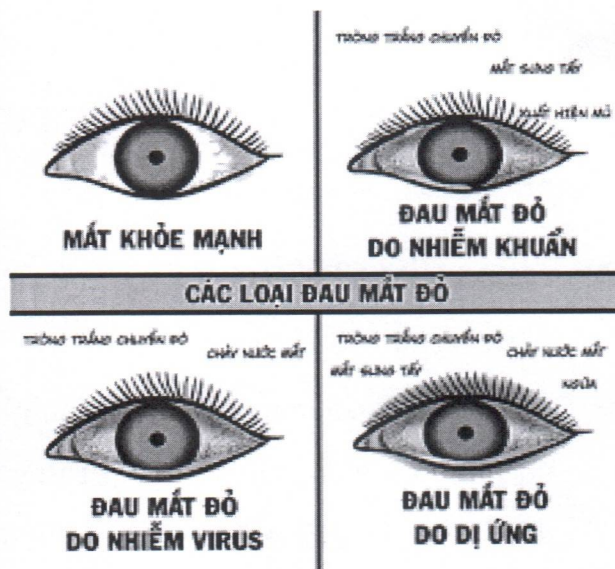
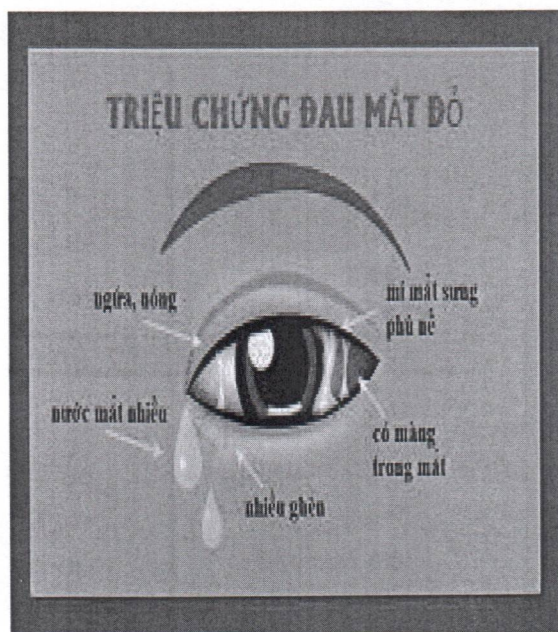
Đau mắt đỏ là một danh từ dân gian quen dùng để chỉ tình trạng viêm kết mạc do nhiễm khuẩn, virus, viêm dị ứng gây ra. Bệnh thường xuất hiện vào khoảng tháng 7-9, là những tháng mưa nhiều.

2. Triệu chứng:

Người bị đau mắt đỏ thường có những biểu hiện như sau:

- Mắt đau râm rộ, cộm, cảm giác như cát trong mắt.
- Chảy nước mắt và có nhiều rỉ, có khi sáng ngủ dậy rỉ làm mi mắt dính chặt.
- Mi mắt sưng nhẹ, hơi đau, kết mạc sung phù, đỏ. Bệnh thường bắt đầu từ một mắt, sau vài ba ngày đến mắt thứ hai...
- Kèm theo có thể ho, sốt nhẹ, nổi hạch trước tai (hay gặp ở trẻ em).
- Trong những trường hợp nặng có thể gây tổn thương giác mạc (tròng đen), khi đó thị lực có thể giảm.

*** Một số hình ảnh triệu chứng đau mắt đỏ**



3. Diễn biến

- Các triệu chứng trên thường rầm rộ khoảng 3 ngày đầu sau giảm dần, thoái lui sau khoảng 10 ngày, đại đa số lành tính, ít để lại di chứng.
- Một số ít có thể có giả mạc ở kết mạc mi (mắt thường sưng khó mở, có dịch màu hồng...) đau kéo dài có khi hàng tháng nếu không được bóc giả mạc.
- Một số có thể có biến chứng Viêm giác mạc chấm khi đó sẽ có ảnh hưởng đến thị lực.
- Viêm kết mạc trên người bệnh có các bệnh mạn tính khác về mắt như: mắt hột, sẹo giác mạc cũ, tắc lệ đạo...sẽ làm cho bệnh tiến triển nặng thêm;
- Bệnh thường bắt đầu một mắt sau đó lây sang mắt thứ 2 trong vòng vài ngày.

4. Bệnh có thể lây lan bằng cách nào?

* Lây qua vật dụng sinh hoạt:

- + Dùng khăn hoặc chậu rửa mặt chung.
- + Dùng tay dụi mắt sau đó dùng chung đồ vật với người khác (hay gặp trong gia đình hoặc các nhà trẻ mẫu giáo)
- + Lây qua môi trường bể bơi, không khí.

+ Lây qua vật trung gian là ruồi nhặng

** Lây qua đường nước bọt.*

** Lây qua đường hơi thở.*

5. Bệnh có thể gây ra những hậu quả gì?

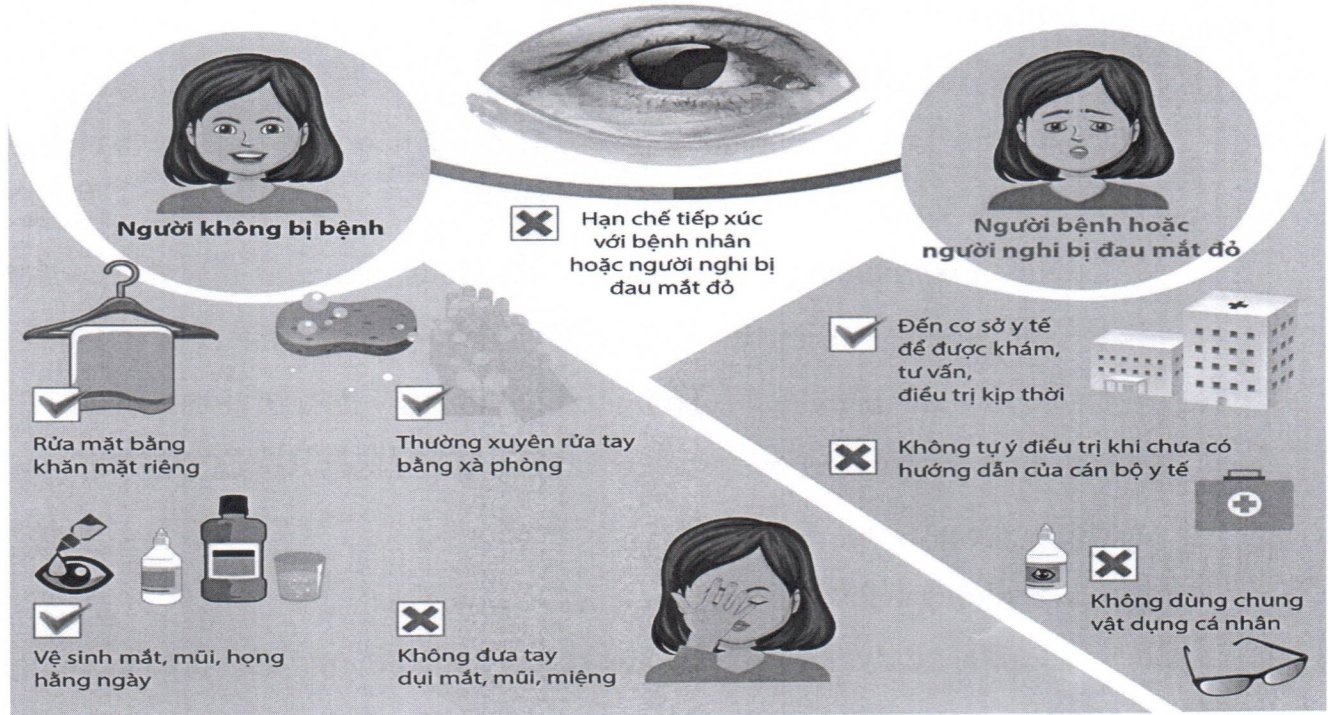
Bệnh hầu hết khỏi hoàn toàn trong vòng 1 đến 2 tuần không để lại di chứng. Tuy nhiên có thể gây ra một số hậu quả:

- Có thể bị bội nhiễm, tổn thương giác mạc như viêm giác mạc đốm, viêm giác mạc chấm nông gây giảm thị lực kéo dài ảnh hưởng đến sinh hoạt và lao động.
- Có thể lây lan thành dịch. Trong trường hợp tự ý điều trị, hoặc điều trị không đúng theo chỉ dẫn của bác sĩ chuyên khoa có thể dẫn đến các biến chứng trầm trọng có thể gây mù mắt như loét giác mạc, glôcôm....

6. Cách phòng tránh

Đau mắt đỏ là bệnh lây truyền nên dễ thành dịch. Bệnh lây lan do tiếp xúc trực tiếp với người bị bệnh, qua tay, lây qua những vật dụng hàng ngày như khăn rửa mặt, đồ dùng, bát ăn, ly tách, ra gối, mùng màn...Do đó, để tránh lây lan thành dịch, cần thực hiện một số vấn đề cơ bản như sau:

Các biện pháp phòng chống bệnh đau mắt đỏ



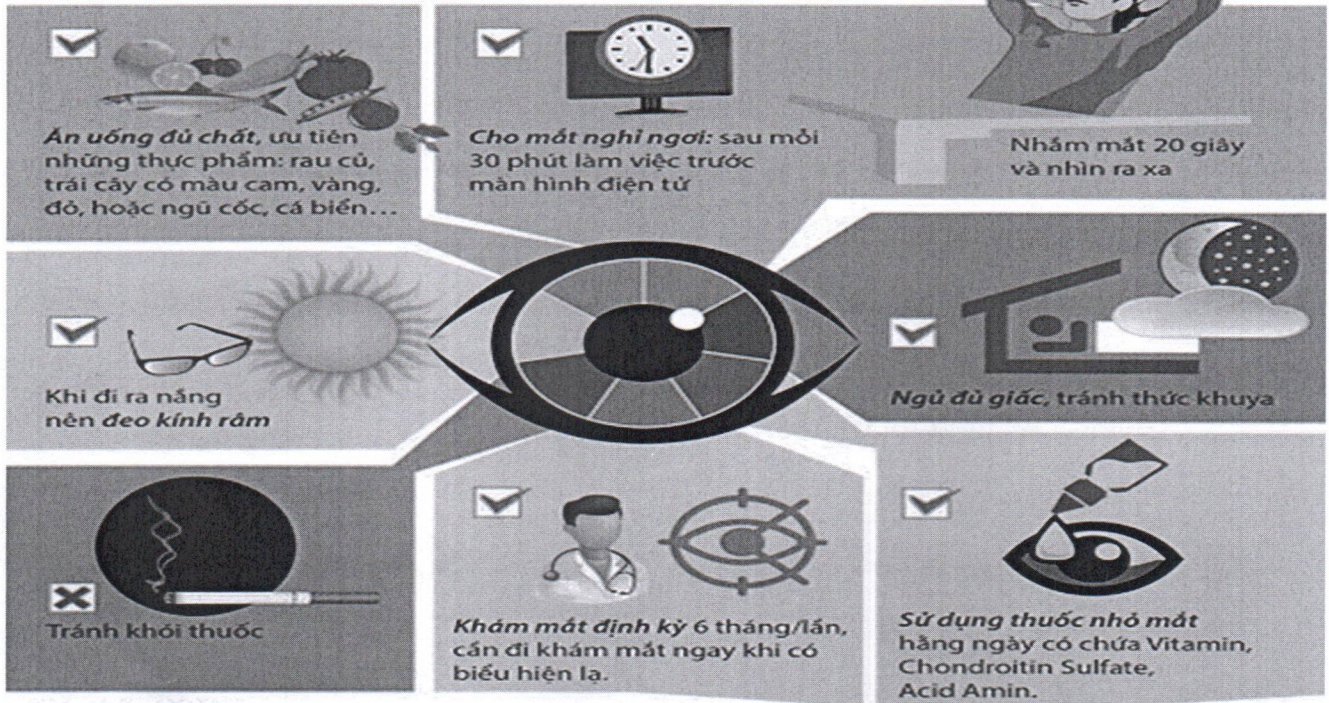
Nguồn: Cục Y tế dự phòng, Bộ Y tế

<https://infographics.vn>

© TTXVN
Vietnam News Agency

Các phương pháp chăm sóc sức khỏe đôi mắt

83% tỷ lệ người mù ở Việt Nam có thể phòng, chữa được nếu có các biện pháp phòng chống hiệu quả.



Nguồn: Bộ Y tế.

<http://infographics.vn>

© TTXVN

*Phòng bệnh:

- Thường xuyên rửa mặt 3 lần/ ngày bằng nước sạch, khăn sạch, riêng, tốt nhất giặt khăn bằng xà phòng, phơi khăn ngoài nắng, giữ vệ sinh môi trường.
- Cần tránh đưa tay bẩn lên mắt, nên đeo kính râm khi ra đường. Sau một ngày lao động có tiếp xúc bụi mắt, sau khi tổng vệ sinh gia đình, cơ quan nên rửa mặt sạch rồi tra vào mắt một vài giọt nước nhỏ mắt Natri Clorid 0,9%, rửa mặt bằng khăn sạch, nước sạch.
- Rửa tay thường xuyên với xà phòng để diệt khuẩn.

*Khi đang có dịch:

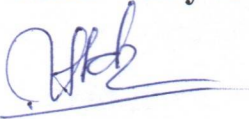
- Người bệnh cần lưu ý không nên tự ý dùng thuốc để dẫn đến trường hợp gây biến chứng. Tốt nhất là ngay khi có các triệu chứng đầu tiên, người bệnh cần tìm đến khám Bác sĩ nhãn khoa.

- Người bệnh cần được nghỉ ngơi, điều trị cách ly, dùng thuốc theo đơn của thầy thuốc nhãn khoa, hạn chế đi lại để tránh lây lan cho cộng đồng. Nếu có ra đi lại cần đeo kính râm để mắt bớt bị chói và tránh lây nhiễm cho người khác.
- Khi bị bệnh cần chú ý giữ vệ sinh để tránh lây sang mắt kia (rửa tay, dùng khăn giấy mềm lau một lần). Trong thời gian bị đau mắt, người bệnh nên nghỉ ngơi tại nhà, không làm việc bằng mắt nhiều, như đọc sách báo, coi tivi, nên để mắt được thư giãn.
- Người chưa mắc bệnh cần hạn chế tối đa tiếp xúc với người bệnh. Trong trường hợp bắt buộc phải tiếp xúc thì nên có khẩu trang. Ngoài ra cũng cần tránh thói quen dụi mắt bằng tay, phải thường xuyên rửa mắt bằng nước muối sinh lý, rửa tay bằng xà phòng sát khuẩn.
- Trong vùng có dịch (hoặc có nhiều người mắc bệnh) nên hạn chế các hoạt động tập trung đông người.
- Không nên đến các bể bơi công cộng.

Tóm lại, đau mắt đỏ tuy là một bệnh cấp tính, triệu chứng râm rộ, dễ lây nhưng thường lành tính ít để lại di chứng, tuy nhiên bệnh thường gây ảnh hưởng nhiều đến sinh hoạt, học tập và lao động, có không ít trường hợp bệnh kéo dài và có biến chứng xấu ảnh hưởng thị lực sau này nên mọi người luôn có ý thức phòng bệnh tốt và cần được can thiệp kịp thời khi bị mắc bệnh.

Duyệt của Ban giám hiệu
PHÓ HIỆU TRƯỞNG

Lê Hữu Hào

Nhân viên y tế

Lê Thị Thùy Dung