

Tháng Năm
2005

Gửi trẻ và sức khỏe trẻ em

Tài liệu dành cho phụ huynh

Giảm thiểu Bệnh truyền nhiễm

Khi trẻ em bắt đầu tiếp xúc nhiều hơn với thế giới xung quanh, các em sẽ tiếp xúc nhiều hơn với các siêu vi khuẩn và vi khuẩn gây bệnh là chuyện bình thường. Thực hiện những cách để giảm thiểu sự lây bệnh truyền nhiễm là việc đặc biệt quan trọng trong những khung cảnh giữ trẻ, có nhiều trẻ em tụ họp.

☐ **Chủng ngừa**

Chủng ngừa là cách hữu hiệu nhất để bảo vệ con em quý vị chống lại bệnh truyền nhiễm nguy hiểm một cách an toàn. Trước khi có biện pháp chủng ngừa, những bệnh truyền nhiễm này đã gây biết bao bệnh tật, khuyết tật và tử vong. Việc chủng ngừa vẫn là cách thiết yếu để ngăn chặn bệnh tật bộc phát, dù điều kiện sinh sống của chúng ta ngày càng được cải thiện cũng góp phần giúp giảm thiểu bệnh truyền nhiễm. Chương trình chủng ngừa toàn quốc (miễn phí) bảo vệ trẻ em ngừa các bệnh:

- Ho gà
- Bạch hầu
- Uốn ván
- Haemophilus influenzae loại b (Hib)
- Bại liệt
- Sởi
- Quai bị
- Sởi Đức (Rubêôn)
- Viêm gan siêu vi B
- Bệnh màng não cầu khuẩn

Ngoài ra con em quý vị cũng nên được chủng ngừa bệnh thủy đậu (varicella), bệnh phế cầu khuẩn, và cúm. Muốn biết thêm chi tiết về chương trình chủng ngừa hiện thời xin vào website <http://immunise.health.gov.au>

Chủng ngừa cho con em quý vị

Điều quan trọng là con em quý vị phải được chủng ngừa đúng kỳ hạn, và đầy đủ. Trẻ em vẫn có thể được chủng ngừa đúng kỳ hạn một cách an toàn và hữu hiệu nếu chúng bị bệnh nhẹ như cảm hoặc sốt nhẹ. Các nhà trẻ phải giữ hồ sơ chủng ngừa của trẻ em được gửi tại trung tâm. Điều quan trọng là mỗi lần con em quý vị được chủng ngừa, quý vị tự cập nhật hồ sơ của mình và hồ sơ tại nhà trẻ. Các nhà trẻ phải có chủ trương về việc không cho trẻ em chưa được chủng ngừa đến nhà trẻ khi xảy ra ca bệnh truyền nhiễm tại trung tâm. Đây là điều cần thiết để bảo vệ những em chưa được chủng ngừa, đồng thời ngăn chặn bệnh lây lan.

Phản ứng phụ

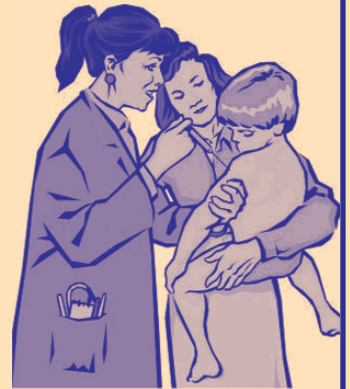
Một số trẻ em có thể bị các phản ứng phụ nhẹ, ngắn hạn sau khi chủng ngừa như sốt nhẹ, khó chịu, hoặc khi đụng vào vết chích thì bị đau. Thông thường những phản ứng phụ này không kéo dài hơn 48 tiếng đồng hồ. Quý vị có thể cho em uống thuốc Paracetamol để làm giảm bớt các phản ứng phụ này (cho uống ngay trước khi chủng ngừa và trong 24 tiếng sau khi chủng ngừa). Theo nghiên cứu trong suốt nhiều năm qua cho thấy các phản ứng phụ nguy hiểm rất hiếm khi xảy ra. Chúng tôi biết việc chủng ngừa có lợi nhiều hơn là hại. Nếu cần quý vị có thể thảo luận thêm về vấn đề này với chuyên viên y tế.

☐ **Vệ sinh và các cách Kiểm chế bệnh nhiễm trùng**

Ngoài ra cũng cần phải giữ vệ sinh và có các cách kiểm chế bệnh nhiễm trùng để ngăn ngừa bệnh truyền nhiễm lây lan. Các dịch vụ trẻ em cần phải chấp hành các Điều lệ của Chính phủ về việc kiểm chế bệnh nhiễm trùng. Ngoài ra, mỗi tiểu bang còn có các điều lệ y tế qui định về việc không cho trẻ em bị bệnh truyền nhiễm đến nhà trẻ.

Thông thường bệnh nhiễm trùng lây qua hai cách: **Hít nhầm bụi nước miếng** khi bệnh nhân ho và hắt hơi; và **tiếp xúc trực tiếp** từ người này sang người kia, hoặc với bề mặt có siêu vi khuẩn/vi khuẩn. Để giảm thiểu việc bệnh viêm nhiễm lây lan, điều quan trọng là quý vị phải rửa tay sau khi thay tã hoặc sau khi chùi mũi cho con em, bỏ tã hoặc 'tissue' dơ đúng cách, rửa đồ chơi và dụng cụ nhà bếp dùng chung, và lau sạch các bề mặt. Các cách kiểm chế bệnh nhiễm trùng đặc biệt quan trọng trong việc ngăn ngừa những bệnh trẻ em phổ thông rất hay lây như viêm kết mạc, viêm dạ dày ruột, và bệnh tay, chân và miệng.

Tờ tài liệu dành cho phụ huynh này được phổ biến bằng nhiều ngôn ngữ cộng đồng và quý vị có thể truy cập và in ấn từ website của Early Childhood Connections. www.econnections.com.au



Một đề khởi của

Được sự yểm trợ của



VIETNAMESE