

## BỆNH TAY CHÂN MIỆNG

Bệnh Tay chân miệng là bệnh truyền nhiễm cấp tính do vi rút gây ra, bệnh lây truyền theo đường tiêu hóa, thường gặp ở trẻ nhỏ. Bệnh lưu hành quanh năm nhưng tập trung vào giai đoạn từ tháng 2 đến tháng 5 và từ tháng 9 đến tháng 12.

Biểu hiện đặc trưng của bệnh là sốt, nổi bóng nước ở miệng, lòng bàn tay, bàn chân và ở vùng mông. Tuy nhiên, một số trường hợp nhiễm bệnh nhưng không xuất hiện đầy đủ các triệu chứng trên.

Cho đến nay Bệnh Tay chân miệng (TCM) vẫn là bệnh rất nguy hiểm vì chưa có **thuốc điều trị đặc hiệu, chưa có vắc xin phòng bệnh, dễ lây lan thành dịch, có thể gây biến chứng nặng** (viêm não - màng não, viêm cơ tim, phù phổi cấp...) và **tử vong**. Bệnh thường gặp ở trẻ dưới 5 tuổi, nhất là trẻ dưới 3 tuổi.

Bệnh TCM lây lan thông qua tiếp xúc trực tiếp với các chất tiết mũi họng, nước bọt, dịch của bọt nước, phân của người bệnh.

Bệnh TCM cũng có thể lây lan khi người khỏe tiếp xúc với các dụng cụ hoặc bề mặt đã bị vấy nhiễm do người bệnh chạm vào.

Để chủ động phòng chống bệnh Tay chân miệng, người dân cần thực hiện

1. Rửa tay thường xuyên bằng xà phòng, tốt nhất là rửa dưới vòi nước chảy (cả người lớn và trẻ em), đặc biệt trước khi chế biến thức ăn, trước khi ăn/cho trẻ ăn, trước khi bế ẵm trẻ, sau khi đi vệ sinh, sau khi thay tã và làm vệ sinh cho trẻ.

2. Thực hiện tốt vệ sinh ăn uống: ăn chín, uống chín; dụng cụ ăn uống phải đảm bảo được rửa sạch sẽ trước khi sử dụng (tốt nhất là ngâm tráng nước sôi); đảm bảo sử dụng nước sạch trong sinh hoạt hàng ngày; không cho trẻ ăn bốc, mút tay, ngậm mút đồ chơi; không cho trẻ dùng chung khăn ăn, khăn tay, dụng cụ ăn uống như chén, đĩa, thìa, cốc, đồ chơi chưa được khử trùng.

3. Thường xuyên ngâm rửa đồ chơi của trẻ, lau sạch mặt bàn/ghế, sàn nhà bằng xà phòng hoặc dung dịch khử khuẩn.

4. Không cho trẻ tiếp xúc với người bệnh hoặc nghi ngờ mắc bệnh.

5. Sử dụng nhà tiêu hợp vệ sinh, phân và các chất thải của bệnh nhân phải được thu gom, đổ vào nhà tiêu hợp vệ sinh.

6. Khi trẻ có dấu hiệu nghi ngờ mắc bệnh cần đưa ngay trẻ đến cơ sở y tế để được khám, tư vấn và điều trị.