**BÀI TUYÊN TRUYỀN**

**PHÒNG CHỐNG BỆNH TIÊU CHẢY CẤP TRONG TRƯỜNG HỌC**

**1. Bệnh tiêu chảy là gì?**

Bệnh tiêu chảy là một bệnh truyền nhiễm lây lan qua đường tiêu hóa, do vi khuẩn gây nên. Đặc biệt trong thời tiết hiện nay, thời tiết giao mùa thì trẻ em càng dễ mắc phải.

**2. Biểu hiện:**

Với biểu hiện đi ngoài nhiều lần trong một ngày, phân nát không thành khuôn, kéo theo sốt hoặc đau bụng và nhiều triệu trứng khác.

Mắc tiêu chảy khi đi đại tiện 3 lần/ ngày, ra phân lỏng hoặc toàn nước. Đây là một bệnh thường gặp ở trẻ nhỏ, đa số trường hợp bệnh hồi phục tốt nếu được chăm sóc đúng cách, ngược lại bệnh có thể gây nhiều biến chứng nguy hiểm như mất nước, rối loạn điện giải, suy dinh dưỡng thậm chí tử vong.

**3. Nguyên nhân gây tiêu chảy:**

Do mất cân bằng giữa vi khuẩn có lợi và vi khuẩn có hại trong đường ruột, các vi khuẩn có hại xâm nhập vào đường ruột, chúng sinh sôi nảy nở rất nhanh và lấn át vi khuẩn có lợi, tiết ra độc tố gây tiêu chảy.

Một là cơ thể huy động nhiều nước vào ruột để hòa tan các siêu vi khuẩn và các chất độc.

Hai là ruột co bóp mạnh để thải nước ra ngoài mang theo các siêu vi khuẩn và các độc tố ra ngoài cơ thể, điều đó sinh ra tiêu chảy.

Hậu quả là do cơ thể thải ra quá nhiều nước mà không bù vào, kèm theo cả chất điện giải là những chất muối cần thiết cho cơ thể. Tiêu chảy thường xảy ra theo mùa và theo vùng. Ở vung ôn đới vào mùa nóng, tác nhân gây tiêu chảy là do virus gây nên. Ở vùng nhiệt đới vi khuẩn gây nên. Xảy ra cao điểm vào mùa mưa và nóng, tiêu chảy do virrus lạ xảy ra cao điểm vào mùa khô hanh.

Vậy khi mắc tiêu chảy chúng ta cần điều trị như sau:

- Bổ sung lượng nước cần thiết như ORESOL. Nếu là trẻ nhỏ cần cho trẻ bú nhiều hơn.

- Tuyệt đối không được nhịn ăn “để ruột nghỉ ngơi”. Điều này hết sức sai lầm và hết sức nguy hiểm.

**4. Các biện pháp phòng chống bệnh:**

**\* Vệ sinh cá nhân, vệ sinh môi trường**

- Rửa tay bằng xà phòng trước khi ăn và sau khi đi vệ sinh.

- Mỗi gia đình có một nhà tiêu hợp vệ sinh, cấm đi tiểu bừa bãi. Đối với gia đình có bệnh nhân tiêu chảy cấp cần rắc vôi bột hoặc cloramin B sau mỗi lần đi tiểu.

- Phân và chất thải của người bệnh phải đổ vào nhà tiêu, cho vôi bột, Cloramin B cho mỗi lần đi tiểu.

- Tránh tập trung ăn uống nơi đông người như ma chay, cưới hỏi. Hạn chế vào vùng đang có dịch.

**\* An toàn vệ sinh thưc phẩm:**

- Mọi người, mọi nhà đều thực hiện ăn chín uống sôi. Không ăn rau sống, không uống nước lã.

- Không ăn các thức ăn nhiễm khuẩn đặc biệt là mắm tôm sống, hải sản tươi sống, gỏi cá, tiết canh...

**\* Bảo vệ nguồn nước và dùng nước sạch:**

- Dùng nước sạch. Tất cả nước ăn uống đều phải được sát khuẩn bằng hóa chất cloramin B.

- Cấm đổ chất thải, nước giặt, rửa đồ dùng của người bệnh xuống ao, hồ, sông, giếng. Cấm vứt súc vật chết và xác xuống ao, hồ, sông, giếng.

**\* Là học sinh cần làm những gì** ?

- Đến trường đi tiêu hợp lý tại nhà vệ sinh, không đi bừa bãi ra môi trường xung quanh lớp học.

- Rửa tay trước khi ăn và sau khi đi vệ sinh.

- Không ăn quà bánh, hoa quả xanh, uống nước lã, uống nước phẩm màu lòe loẹt...

- Không vứt rác bừa bãi ra lớp, sân trường và quanh lớp học.

**\* Khi có tiêu chảy cấp:**Khi gia đình có người bị tiêu chảy cấp, phải nhanh chóng báo ngay cho cơ sở y tế gần nhất để được khám và điều trị kịp thời.

 Người Lập Bảng

 Y tế

 Phạm Thị Hồng Chinh