



BÀI TUYÊN TRUYỀN PHÒNG CHỐNG BỆNH MÙA XUÂN

Kính gửi cán bộ và nhân dân trong xã

Những ngày mùa đông đang đi qua, chúng ta đang chuẩn bị bước sang tiết trời mùa xuân với sự chuyển biến nhanh, nhiệt độ ngày đêm chênh lệch, độ ẩm lớn... chính là điều kiện cho các bệnh mùa xuân phát triển. Dưới đây là một số bệnh mùa xuân và cách phòng tránh để bảo sức khỏe cho bản thân, gia đình.

1/Dị ứng thời tiết

Mùa xuân là mùa vạn vật sinh sôi, trăm hoa đua nở nên dễ mắc các bệnh dị ứng như nổi mề đay, mụn ngoài da, viêm mũi dị ứng, viêm kết mạc mắt.

Nổi mề đay: Xuất hiện các vùng đỏ, có cảm giác ngứa ngáy, nóng tại các vị trí da khô trên tứ chi. Nguyên nhân của bệnh là do cơ thể tiếp xúc với loại vật chất gây dị ứng nào đó cộng thêm thời tiết nóng lạnh thất thường.

Mẩn, mụn ngoài da: Vào mùa xuân, cơ thể dễ dị ứng với các tia tử ngoại hơn nên khiến các tế bào da dễ bị tổn thương, làm xuất hiện các nốt mẩn, mụn.

Viêm mũi dị ứng: Vào mùa xuân, không khí lạnh, ẩm ướt, mưa phùn... cùng rất nhiều loại phấn hoa phát tán trong không khí chính là 'con ác mộng' của người có cơ địa dị ứng. Khi vô tình hít phải, phấn hoa gây ngứa mũi, hắt xì hơi liên tục, chảy nước mũi, nghẹt mũi khó chịu.

Để phòng bệnh, cần cố gắng tránh tiếp xúc với các tác nhân gây bệnh như đeo khẩu trang khi ra ngoài hoặc khi làm việc trong môi trường ô nhiễm và giữ ấm cơ thể, đặc biệt là vùng mặt, cổ; vệ sinh mũi thường xuyên; hạn chế đến các vườn hoa và nên tránh sử dụng các thức ăn hoặc thuốc đã từng gây dị ứng.

2/Bệnh đường hô hấp

Do thời tiết lạnh, ẩm nên mùa xuân cũng là mùa bùng phát mạnh các bệnh hô hấp, đặc biệt là ở trẻ nhỏ.

Thường gặp nhất là bệnh hen phế quản. Sự thay đổi thất thường của thời tiết khiến chức năng miễn dịch của cơ thể thấp, sức đề kháng chống lại vi khuẩn gây bệnh cũng giảm sút.

Đối với những người có cơ địa dị ứng, sau khi tiếp xúc với các tác nhân gây dị ứng như phấn hoa, bụi, nấm mốc, côn trùng... sẽ bị co rút khí quản, tạo ra các cơn hen gây khó thở, mặt mũi tím tái, nếu nặng có thể gây suy hô hấp.

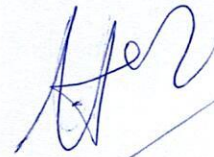
Để phòng tránh các cơn hen khó chịu này, chúng ta cần bảo vệ mình trước các tác nhân gây dị ứng, sử dụng khẩu trang hoạt tính, bổ sung vitamin C và phải luôn mang theo bình xịt giãn khí quản.

thường có các biểu hiện: sốt cao, lạnh rùng mình, sắc mặt trắng xanh, tinh thần không phân chấn, trên người có các nốt ban.

Vi khuẩn gây bệnh còn có thể đi qua hàng rào máu não, thâm nhập vào tổ chức não, dẫn đến viêm màng não. Người mắc bệnh sẽ có biểu hiện đau đầu, nôn mửa, thậm chí là co giật.

Viêm màng não đặc biệt có thể ảnh hưởng đến hệ thống thần kinh. Nếu như không kịp thời chữa trị có thể dẫn tới suy kiệt hệ tuần hoàn và hệ hô hấp mà tử vong. Xác suất tử vong của căn bệnh này đạt tới khoảng 10%. Nếu người bị bệnh đột nhiên phát sốt kèm theo đau đầu dữ dội và nôn mửa nhất thiết không được sử dụng các loại thuốc đau đầu để giảm đau mà phải lập tức đến bệnh viện để các bác sĩ khám và chẩn đoán bệnh.

TM. TRẠM Y TẾ



Bs Vũ Thị Mên