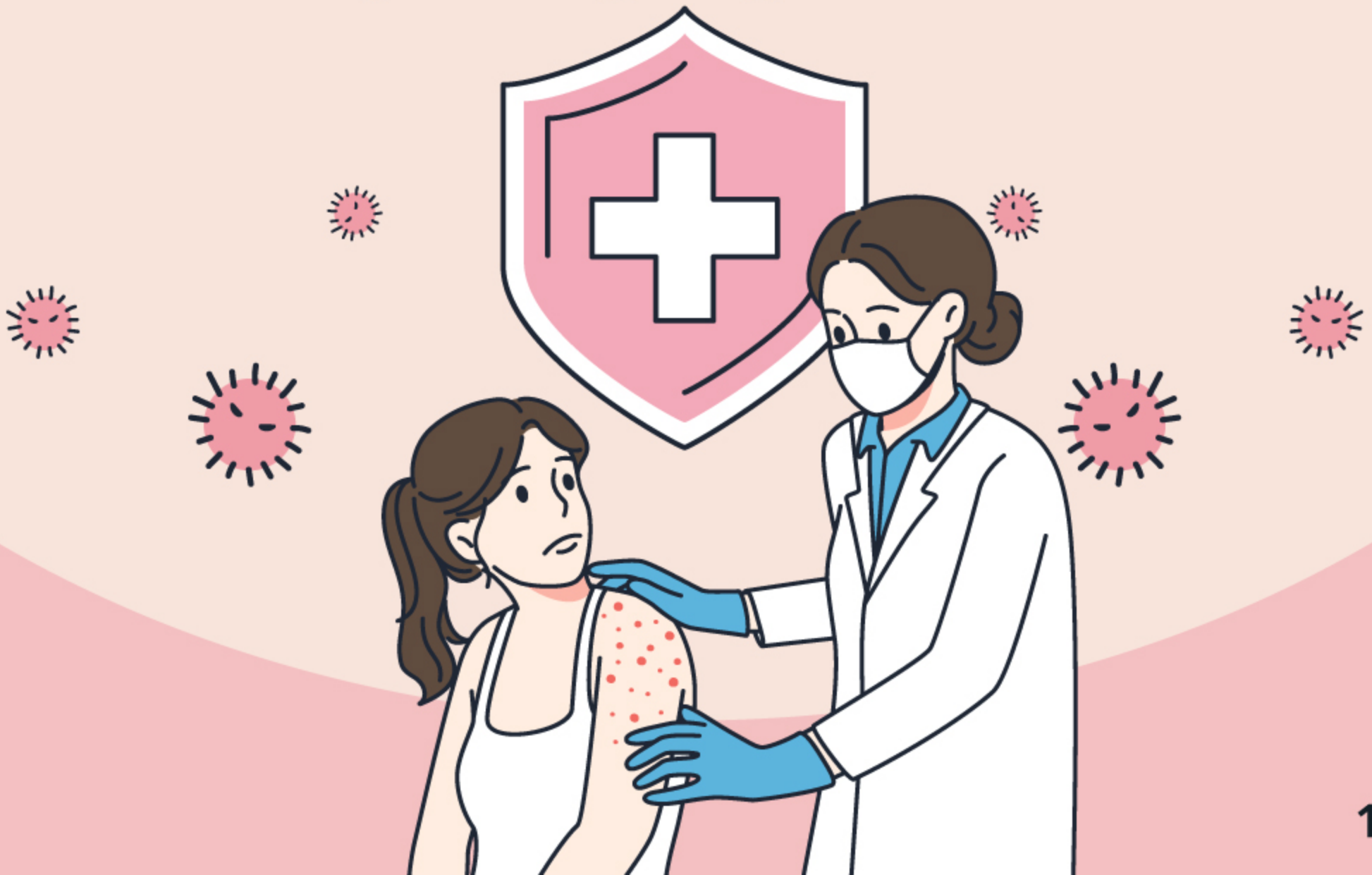




Nếu bạn đang chuẩn bị đi du lịch nước ngoài?

# Biết nguyên tắc phòng ngừa bệnh sởi Để phòng ngừa trước!



## + Định nghĩa về bệnh sởi và triệu chứng +

**Điểm đặc trưng của nó là có tính lây lan rất cao trở thành bệnh truyền nhiễm thông qua không khí và các tia nước bọt như là ho hoặc hắt hơi v.v...**

※ Người không có đủ miễn dịch bệnh sởi khi tiếp xúc với bệnh nhân, hơn 90% sẽ bị lây nhiễm.

### + Các triệu chứng chủ yếu của bệnh sởi +

(Ủ bệnh từ 7~21ngày)

Giai đoạn tiền triệu



Là giai đoạn lây nhiễm mạnh nhất xuất hiện với những triệu chứng sốt, ho, chảy nước mũi, viêm kết mạc và các đốm trong khoang miệng v.v...

Giai đoạn phát ban



Nốt ban đỏ xuất hiện ở sau gáy, dưới tai, trên thân, chân tay, lòng bàn tay-chân.

Giai đoạn phục hồi



Khi các nốt ban lặn đi để lại trên da vết sạm.

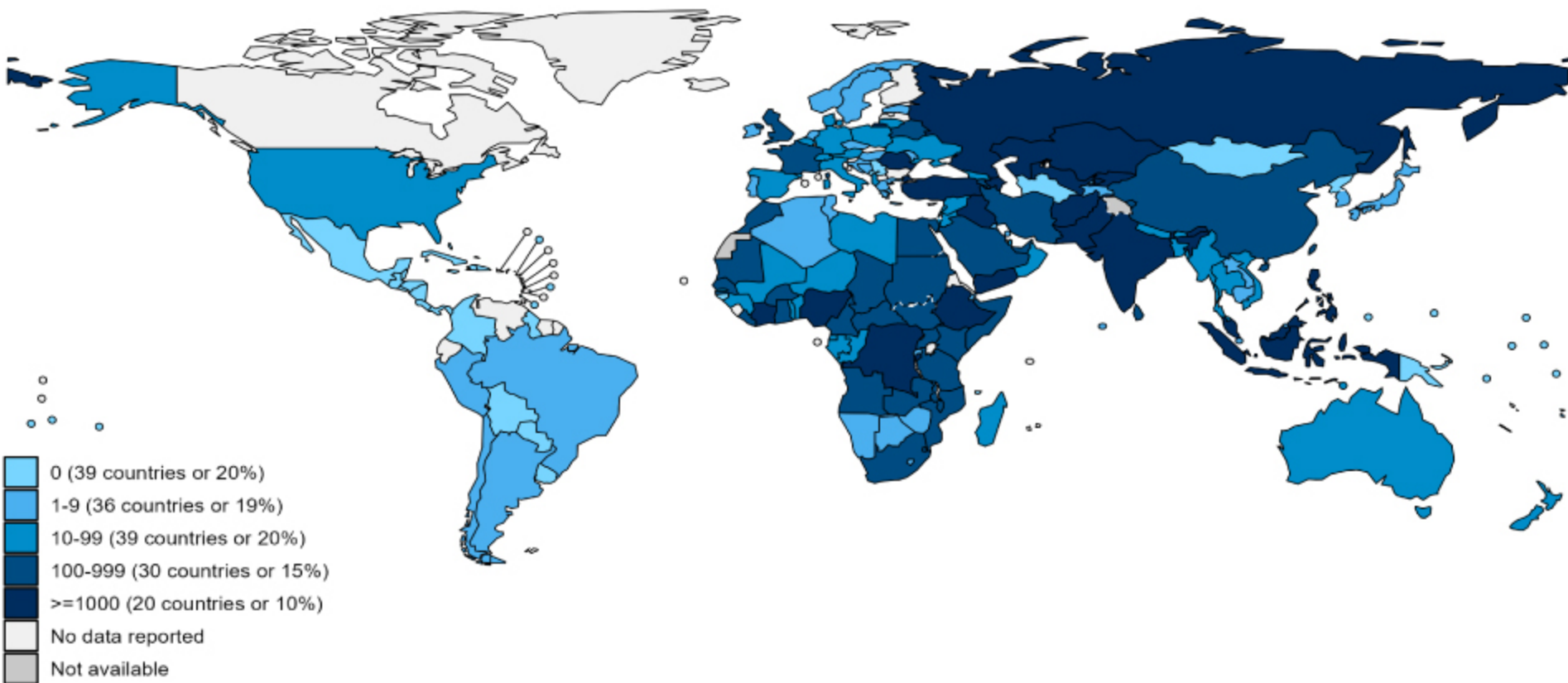
※ Có thể xảy ra các biến chứng về bệnh đường hô hấp như viêm phế quản, viêm thanh khí phế quản(cruop), tiêu chảy, viêm não cấp tính v.v...

**+ Các quốc gia bùng phát dịch sởi +**

Bệnh nhân bệnh sởi đang tăng dần trên toàn thế giới, trong khi người dân di du lịch nước ngoài cũng gia tăng nên khả năng lây nhiễm bệnh sởi sẽ càng tăng cao.

**+ Bệnh nhân sởi phân bố ở các khu vực +**

Dịch sởi vẫn đang liên tục lây lan rải rác ở các khu vực chính như Châu Âu-Trung Đông-Đông Nam Á



※ Năm 2023 số ca mắc bệnh sởi trên toàn thế giới xấp xỉ 300.000 ca (cao gấp 1.8 lần so với năm 2022 theo WHO)



## ⊕ Nguyên tắc phòng ngừa bệnh sốt khi đi du lịch nước ngoài ⊕



### rước khi du lịch

- ✓ Kiểm tra đã tiêm đủ 2 liều vắc xin Sởi (MMR) chưa.
- ✓ Nếu chưa tiêm đủ 2 liều hoặc không xác định được, từ 4~6 tuần trước khi xuất cảnh, hãy đến cơ sở y tế để tiêm 2 liều khoảng cách cách nhau 4 tuần.



### Đang du lịch

- ✓ Khi ở nơi đông người nên tuân thủ các nguyên tắc giữ vệ sinh cá nhân như mang khẩu trang, rửa tay, và che miệng khi ho v.v...



### hi nhập cảnh

- ✓ Khi nhập cảnh, nếu bị sốt hoặc phát ban nên khai báo với nhân viên kiểm dịch



Sau khi nhập cảnh khi xuất hiện các triệu chứng đáng ngờ như bị sốt, phát ban v.v...



Phải mang khẩu trang và giảm tối đa việc tiếp xúc với người khác sau đó đến cơ sở y tế.

(Hạn chế sử dụng giao thông công cộng)



Khai báo với nhân viên y tế 'lộ trình ở nước ngoài'



+

Những điều cần biết về tiêm phòng bệnh sởi

+

+

Tiêu chuẩn tiêm phòng Sởi theo từng độ tuổi

+

Độ tuổi	Phương pháp tiêm phòng
Sau sinh 0~5 tháng	Không thuộc đối tượng tiêm phòng
Sau sinh 6~11tháng(tiêm phòng trước*) * Áp dụng cho trường hợp bất khả kháng không thể tiêm theo đúng lịch quy định, nhưng lại cần đạt được miễn dịch nhanh.	Tiêm phòng 1 lần khi du lịch nước ngoài * Loại tiêm phòng MMR trước 12 tháng tuổi không được tính vào số liều tiêm quy định, nên sau đó cần phải tiêm 2 liều theo lịch tiêm tiêu chuẩn.
Sau sinh 12~15tháng (thích hợp tiêm phòng)	Tiêm lần 1
4~6tuổi (thích hợp tiêm phòng)	Tiêm lần 2
Thanh thiếu niên và người lớn*	※ Trường hợp không có chứng cứ về miễn dịch Tiêm 2 liều(it nhất 1 liều) tối thiểu cách nhau hơn 4 tuần.

\* Nếu sinh trước ngày 1 tháng 1 năm 1968, được xem là có hệ miễn dịch tự nhiên với bệnh sởi nên không cần tiêm phòng.

Trường hợp không có chứng cứ miễn dịch sởi

Trong quá khứ không có hồ sơ tiêm phòng cũng chưa từng mắc bệnh sởi lần nào hoặc những người không xác nhận được kháng thể sởi sinh sau ngày 1 tháng 1 năm 1968.





**Trước khi đi du lịch nước ngoài hãy  
kiểm tra lại những nguyên tắc phòng  
ngừa bệnh sốt và chúc bạn  
có chuyến đi vui vẻ!**

