

Đây là văn bản chính thức

Chỉ Dẫn Sức Khỏe của CDC (Trung Tâm Kiểm Soát và Phòng Ngừa Dịch Bệnh Hoa Kỳ)

Phân phối qua Mạng Lưới Báo Động Sức Khỏe

Ngày 26 tháng Tư năm 2009, 11h00 EST (Giờ chuẩn miền Đông) (11h00 SÁNG EDT (Giờ miền Đông Hoa Kỳ))

CDCHAN-000282-2009-04-26-ALT-N

Nguy Cơ Nhiễm Cúm Lợn Khi Đi Du Lịch Tới Những Khu Vực Bị Ảnh Hưởng

Các quan chức sức khỏe cộng đồng tại Mỹ và trên khắp thế giới đang điều tra nguy cơ bùng phát của bệnh cúm lợn.

Cúm lợn là một bệnh về hô hấp trên lợn do một chủng vi-rút cúm A thường gây bùng phát cúm ở lợn. Vi-rút cúm lợn thông thường không lây sang người, tuy nhiên hiện tượng lây lan cúm lợn sang người đã xảy ra. Các quan chức sức khỏe cộng đồng đã xác định vi-rút cúm lợn có chiều hướng lây nhiễm từ người sang người và có thể gây bệnh.

Sự bùng phát bệnh đang diễn ra và dự kiến sẽ còn có thêm nhiều ca nhiễm bệnh. Để biết thêm thông tin về tình hình lây nhiễm cúm lợn, hãy xem trên trang mạng của Trung Tâm Kiểm Soát và Phòng Ngừa Dịch Bệnh Hoa Kỳ (CDC): <http://www.cdc.gov/swineflu/>. Để biết thông tin cụ thể về những biện pháp phòng ngừa khi đi du lịch và một bản thông tin cập nhật những khu vực bị ảnh hưởng, hãy truy cập: www.cdc.gov/travel.

Những triệu chứng của cúm lợn ở người tương tự như những triệu chứng của bệnh cúm theo mùa ở người và có thể bao gồm:

- Sốt (trên 100°F hoặc 37,8°C)
- Viêm họng
- Ho
- Ngạt mũi
- Cảm giác ớn lạnh
- Đau đầu và đau người
- Mệt mỏi

Một số người đã báo cáo về triệu chứng tiêu chảy và ói mửa do cúm lợn gây ra. Đã có ghi nhận về những trường hợp ốm nặng (viêm phổi và suy hô hấp) và tử vong do nhiễm cúm lợn ở người. Cũng giống như bệnh cúm theo mùa, cúm lợn có thể làm xấu đi những thể trạng bệnh mãn tính.

Những người tới Mỹ có triệu chứng giống như mắc cúm lợn và đã đi du lịch tới một khu vực bị ảnh hưởng (xem <http://www.cdc.gov/swineflu/investigation.htm> để biết các khu vực bị ảnh hưởng), hoặc đã từng tiếp xúc với người có khả năng nhiễm cúm lợn, trong vòng 7 ngày gần nhất cần báo cáo thể trạng đau ốm của họ cho nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe ngay lập tức và cho họ biết về chuyến du lịch gần đây của mình.

Những người đi du lịch từ Mỹ tới các khu vực bị ảnh hưởng cần hiểu rõ về nguy cơ mắc bệnh do cúm lợn và thực hiện những biện pháp phòng ngừa.

Để ngăn chặn sự lan tràn của cúm lợn:

- **Tránh tiếp xúc** với người bị ốm.
- Khi bạn ho hoặc hắt hơi, **che mũi và miệng** bằng khăn giấy hoặc tay áo (nếu bạn không mang

theo khăn giấy). Vứt bỏ khăn giấy đã dùng vào thùng rác.

- Sau khi bạn ho hoặc hắt hơi, rửa tay **bằng nước và xà phòng**, hoặc dùng gel rửa tay sệt **chứa chất cồn**.

- **Nếu bạn cho rằng mình bị ốm do cúm**, tránh tối đa việc tiếp xúc trực tiếp với người khác. **Ở nguyên tại nhà hoặc trong phòng khách sạn của bạn. Tìm kiếm chăm sóc y tế nếu bạn bị ốm nặng (ví dụ như khó thở). Có những loại dược phẩm chống vi-rút để ngăn ngừa và điều trị cúm lợn mà bác sĩ có thể kê đơn. Không làm việc, đi học hoặc đi du lịch trong khi đang ốm.**

Để biết thêm thông tin:

- Liên hệ với sở y tế địa phương hoặc tiểu bang của bạn

- Truy cập <http://www.cdc.gov/swineflu/>

- Liên Hệ Với CDC 24 Giờ Hàng Ngày

- o 1-800-CDC-INFO (232-4636)

- o TTY: (888) 232-6348

- o cdcinfo@cdc.gov

Các loại thông báo Báo Động Sức Khỏe:

Báo Động Sức Khỏe truyền đạt mức độ quan trọng cao nhất; cho phép hành động và chú ý ngay lập tức.

Chỉ Dẫn Sức Khỏe cung cấp thông tin quan trọng cho một sự việc hay tình huống cụ thể; có thể không cần hành động ngay lập tức.

Cập Nhật Thông Tin Sức Khỏe cung cấp thông tin cập nhật về một sự việc hay tình huống; nhiều khả năng không cần hành động ngay lập tức.

##Thông Báo này được phân phối tới các Nhân Viên Y Tế Tiểu Bang và Địa Phương, Nhân Viên Thông Tin Công Chúng, các Nhà Nghiên Cứu Dịch Bệnh và Điều Phối Viên của HAN (Mạng Lưới Báo Động Sức Khỏe) cũng như các tổ chức Lâm Sàng##

Bạn đã nhận được thông báo này dựa trên thông tin có trong cơ sở dữ liệu thông báo khẩn cấp của chúng tôi. Nếu bạn có một địa chỉ fax hay e-mail khác hoặc bổ sung mà bạn muốn chúng tôi sử dụng, hãy liên hệ với chương trình Mạng Lưới Báo Động Sức Khỏe Tiểu Bang tại sở y tế địa phương hoặc Tiểu Bang của bạn.