

PHÒNG BỆNH VIÊM ĐƯỜNG HÔ HẤP TRÊN



KHÁI NIỆM:

- Đường hô hấp trên bao gồm mũi, xoang, họng và thanh quản. Những bộ phận này giúp vận chuyển không khí từ bên ngoài vào khí quản và cuối cùng đến phổi để diễn ra quá trình hô hấp.
- Nhiễm trùng đường hô hấp trên thường gặp ở trẻ nhỏ, do các tác nhân gây bệnh như virus, vi khuẩn, nấm...

TRIỆU CHỨNG:

- Sốt.
- Nghẹt mũi và chảy nước mũi.
- Ho khan không đờm.
- Viêm họng.
- Thở nhanh hoặc khó thở.
- Da tím tái do thiếu oxy.

ĐIỀU TRỊ:

- Khi trẻ sốt trên 38 độ C cho trẻ uống thuốc hạ sốt, nằm nghỉ ngơi ở phòng thoáng, lau mát và cho trẻ uống nhiều nước.
- Vệ sinh mũi sạch sẽ, súc miệng bằng nước muối để giúp giảm nhẹ các triệu chứng.
- Cho trẻ uống Vitamin C, nước trái cây để giúp trẻ tăng cường hệ miễn dịch.
- Cần cho trẻ uống thuốc theo toa của bác sĩ.

PHÒNG NGỪA:



+ Về phía nhà trường:

- Kiểm tra sức khỏe cho trẻ hằng ngày và định kỳ.
- Đảm bảo chế độ dinh dưỡng đầy đủ và cho trẻ uống nhiều nước.
- Giữ gìn vệ sinh cá nhân cho trẻ sạch sẽ.
- Thường xuyên tổng khử khuẩn tất cả các đồ chơi, vật dụng trong và ngoài lớp.
- Giữ gìn vệ sinh chung, đảm bảo một môi trường học xanh - sạch - đẹp và thông thoáng.
- Khi trẻ bị bệnh nhân viên y tế và giáo viên sẽ thông báo cho gia đình đón trẻ đến cơ sở y tế thăm khám.

+ Về phía phụ huynh:

- + Giữ gìn vệ sinh môi trường luôn thông thoáng và sạch sẽ.
- + Cho trẻ uống nhiều nước, ăn đủ chất dinh dưỡng, tăng cường rau xanh và trái cây để tăng sức đề kháng.
- + Không nên cho trẻ ăn những loại thức ăn, nước uống lạnh.
- + Giữ vệ sinh cá nhân sạch sẽ cho trẻ, vệ sinh mũi họng hàng ngày bằng dung dịch nước muối sinh lý.
- + Hạn chế đưa trẻ đến nơi đông người trong mùa dịch bệnh.
- + Đeo khẩu trang khi tiếp xúc với người bệnh.
- + Cho trẻ tiêm chủng đầy đủ theo chương trình tiêm chủng Quốc gia.

NVYT

SÉO NGỌC THÚY