

Cúm Heo

Tổ chức Y tế Thế giới (WHO) đã nâng cấp mức báo động đại dịch cúm lên đến Giai đoạn 5. Sở Y tế Công cộng Toronto đang cộng tác với Bộ Y tế và Chăm sóc Dài hạn cùng Cơ quan Y tế Công cộng Canada để theo dõi và điều tra chứng bệnh này. Đa số những người bị cúm heo ở Hoa Kỳ và Canada đều chỉ bị bệnh nhẹ.

Nếu quý vị vừa từ Mexico trở về và đang thấy có các triệu chứng như cúm:

Hãy ở nhà. Tránh xa những người chung quanh. Nếu thấy bệnh nặng cần được chăm sóc y tế, hãy gọi cho bác sĩ. Hãy báo rằng quý vị thấy bị bệnh và mới vừa ở Mexico trở về trong vòng 7 ngày gần đây. Hầu hết các trường hợp cúm heo ở Canada và Hoa Kỳ là bệnh nhẹ, và người bệnh đã lành bệnh hoàn toàn, chỉ ở nhà và không cần chăm sóc y tế gì cả.

Nếu quý vị vừa từ Mexico trở về và đang thấy khoẻ mạnh:

Tiếp tục các sinh hoạt thường xuyên hàng ngày của mình – không cần phải ở nhà. Để ý xem có triệu chứng cúm hay không. Xin đừng đến các nơi chăm sóc y tế để xin thăm khám nếu thấy mình khoẻ mạnh.

Có mức thắc mắc tổng quát về bệnh cúm heo, xin gọi [TeleHealth Ontario](http://www.telehealthontario.ca) ở số 1-866-797-0000. Để được hướng dẫn bằng tiếng mẹ đẻ, xin báo bằng tiếng Anh tên thứ tiếng mà quý vị nói (Vietnamese).

Nếu là người thuộc ngành y tế và có thắc mắc về việc chăm sóc cho bệnh nhân và bệnh cúm heo, xin quý vị gọi 416-212-2272 hay vào mạng <http://www.health.gov.on.ca/english/providers/program/emu/ihn.html>.

Muốn tìm thông tin về du hành, xin vào <http://www.phac-aspc.gc.ca/tmp-pmv/pub-eng.php>.

Cúm heo là gì?

Cúm heo là một biến thể của siêu vi cúm thường theo mùa, biến thể này mang các thành phần từ chim, heo và người. Người bị cúm heo có nhiều triệu chứng giống như của bệnh cúm thường xuyên theo mùa:

Sốt	Yếu người/Mệt mỏi
Nhức đầu	Buồn nôn
Ho	Ói mửa
Đau nhức bắp thịt	Tiêu chảy
Đau cổ	Các cơn ớn lạnh

Cúm heo lây truyền như thế nào?

Chúng tôi đang điều tra các lây truyền của cúm heo nhưng có lẽ là siêu vi lây từ người này sang người khác qua đường hô hấp, như cách mà cúm thường theo mùa đã lây lan. Ho và hắt hơi làm bắn siêu vi ra không khí để rồi người khác hít chúng vào. Vi trùng cũng có thể dính trên các mặt phẳng cứng như mặt quầy, tay nắm cửa nơi bàn tay người sẽ nắm vào và rồi được đưa vào hệ thống hô hấp khi người ta sờ tay lên miệng hay mũi của họ.

Cúm có thể lây sang người khác 24 giờ rồi mới làm phát bệnh. Có vẻ như là từ khi phát bệnh, người bệnh có thể làm lây lan bệnh cúm heo đến 7 ngày sau. Trẻ em có thể làm lây lan bệnh trong thời gian lâu hơn nữa. Điều tra sơ khởi cho thấy thời gian ủ bệnh cúm heo ở người là từ hai ngày đến bảy ngày.

Làm thế nào để tránh bị lây bệnh cúm heo?

Quý vị có thể giảm bớt nguy cơ bị cúm heo bằng cách rửa tay, dùng khăn giấy để che khi ho và hắt hơi, và ở nhà nếu thấy đau ốm. Nếu không có khăn giấy, hãy ho hay hắt hơi vào ống tay áo.

Bệnh cúm heo ở người nặng đến mức nào?

Đa số các trường hợp cúm heo được báo cáo ở Canada và Hoa Kỳ là các ca bệnh nhẹ. Một số trường hợp được báo cáo ở Mexico thì nặng hơn, liên quan đến những người trẻ khỏe mạnh bệnh diễn tiến từ nhẹ dần trở nên bệnh nặng về đường hô hấp. Một vài trường hợp dẫn đến tử vong. Cơ quan Y tế Công cộng Canada (PHAC) đang làm việc với các giới chức y tế của WHO, Mễ tây cơ và Hoa Kỳ để xác định tại sao các trường hợp bệnh ở Mễ lại có vẻ nặng hơn.

Có cách điều trị bệnh cúm heo hay không?

Có vẻ như là thuốc Tamiflu (oseltamivir) và Relenza (zanamavir) có công hiệu chống cúm heo, do có các thứ thuốc này được dùng để trị các ca bệnh cúm heo nặng nếu việc điều trị được tiến hành trong hai ngày đầu kể từ khi thấy các triệu chứng xuất hiện. Người bệnh nhẹ có vẻ như tự khỏi bệnh mà không cần điều trị. Siêu vi cúm heo kháng thuốc amantadine.

Có thuốc chủng ngừa cúm heo hay không?

Hiện không có thuốc chủng nào ngừa cúm heo cả. Canada đang hợp đồng với một hãng sản xuất thuốc chủng để sản xuất vắc-xin trong trường hợp đại dịch xảy ra. Một khi đã xác định là có đại dịch, có thể cần phải mất đến 6 tháng mới phát triển và thử nghiệm được một loại thuốc chủng hiệu nghiệm. Hợp đồng này là để sản xuất đủ thuốc chủng đại dịch cho tất cả người dân Canada.

Ăn thịt heo có thể làm mắc bệnh cúm heo hay không?

Không. Nấu chín giết chết siêu vi.

Tôi cần phải làm gì nếu đã từng đi Mexico và thấy có triệu chứng bệnh đường hô hấp?

Nếu gần đây quý vị đã đi Mexico và đang thấy ốm đau đến mức cần được chăm sóc y tế, hãy bảo đảm gọi điện thoại trước để thảo luận về các triệu chứng và chi tiết chuyến đi. Nếu các triệu chứng buộc quý vị phải đi bệnh viện hay đến một y viện chăm sóc cấp bách, hãy báo cho nhân viên bệnh viện hay y viện ngay lập tức rằng quý vị đã vừa đi Mexico trong vòng 7 ngày trước đó. Chỉ riêng chuyện có đi Mexico thôi không đủ để khiến cho người ta phải tìm sự chăm sóc y tế nếu trong người không thấy đau ốm đến mức đó.

Tôi có nên đi Mexico hay đến một vùng đang bị ảnh hưởng hay không?

Chính phủ Liên bang, qua Cơ quan Y tế Công cộng Canada và Bộ Ngoại giao chịu trách nhiệm về việc ra các khuyến cáo về du lịch cho công dân Canada. Quý vị có thể tìm đọc các khuyến cáo về du lịch ở điểm mạng <http://www.phac-aspc.gc.ca/tmp-pmv/pub-eng.php> và http://www.voyage.gc.ca/countries_pays/menu-eng.asp#M

Phải làm gì nếu có người quen biết sắp từ Mexico sang Canada?

Hiện chưa có hạn chế dành cho người đi từ Mexico sang. Nếu người từ Mexico mới sang và bị đau ốm ở Canada với các dấu hiệu và triệu chứng của bệnh cúm heo và cần được chăm sóc y tế, xin gọi điện thoại trước cho cơ sở y tế để thảo luận về các triệu chứng và chi tiết cuộc hành trình của người này. Nếu các triệu chứng buộc người này phải vào bệnh viện hay một y viện chăm sóc cấp tốc, xin báo ngay cho nhân viên của bệnh viện hay y viện rằng người này vừa từ Mexico sang trong vòng 7 ngày trước đó.

Đây có phải là một trận đại dịch cúm nữa không?

Tổ chức WHO đã nâng mức báo động đại dịch lên Giai đoạn 5. Theo WHO, Giai đoạn 5 là khi “sự lan truyền siêu vi từ người sang người xảy ra ở ít nhất hai nước trong một vùng của WHO. Mặc dù đa số các nước sẽ không bị ảnh hưởng trong giai đoạn này, việc công bố Giai đoạn 5 là dấu hiệu mạnh mẽ báo rằng cho thấy một trận đại dịch có thể sắp đến và chỉ còn rất ít thời gian để hoàn tất việc tổ chức, thông tin và thực thi các biện pháp làm giảm nhẹ đã được hoạch định.”

Có thể tìm thêm thông tin ở đâu?

- **Sở Y tế Công cộng Toronto** có thông tin cập nhật ở www.toronto.ca/health.
- **Bộ Y tế và Chăm sóc Dài hạn** <http://www.health.gov.on.ca>
- **Cơ quan Y tế Công cộng Canada** <http://www.phac-aspc.gc.ca/index-eng.php>
số điện thoại thông tin miễn phí của PHAC là: 1-800-454-8302
- **Tổ chức Y tế Thế giới** <http://www.who.int>