

Kiến Thức Về Bệnh Zika

Bệnh Zika là gì?

Zika là một bệnh truyền nhiễm do virus Zika gây ra, được truyền sang người từ loài muỗi *Aedes*. Các triệu chứng của bệnh Zika thường bao gồm sốt, phát ban, đau khớp, và/hoặc mắt đỏ.

Bệnh Zika xảy ra ở đâu?

Bệnh Zika xảy ra ở nhiều vùng nhiệt đới và cận nhiệt đới trên thế giới, đặc biệt là ở châu Phi, Đông Nam Á và các đảo ở Thái Bình Dương. Đợt bùng phát gần đây đã xảy ra ở châu Mỹ Latin và vùng Caribê.

Người ta mắc bệnh Zika bằng cách nào?

Virus Zika được vận chuyển trong loài muỗi *Aedes aegypti* (còn được gọi là muỗi sốt vàng) và loài muỗi *Aedes albopictus* (còn được gọi là muỗi hổ châu Á). Những loài muỗi này không có nguồn gốc từ California. Tuy nhiên, kể từ năm 2011, người ta đã phát hiện thấy chúng ở một số quận hạt của California. Một con muỗi *Aedes* chỉ có thể truyền virus Zika sau khi nó cắn một người có virus này trong máu. Cho đến nay ở California, những ca nhiễm Zika chỉ được ghi nhận ở một vài người bị nhiễm bệnh trong khi đi du lịch ngoài Hoa Kỳ. Một người bị bệnh Zika sẽ không truyền bệnh trực tiếp cho người khác. Zika không lây lan qua tiếp xúc thông thường như đụng chạm hay hôn một người có bệnh, hoặc do hít phải virus.

Những triệu chứng của bệnh Zika là gì?

Hầu hết những người bị nhiễm virus Zika không có triệu chứng. Nếu bộc phát, các triệu chứng phổ biến nhất là sốt, phát ban, đau khớp, và/hoặc mắt đỏ. Các triệu chứng thường bắt đầu 3-7 ngày sau khi bị muỗi nhiễm bệnh cắn và kéo dài từ vài ngày đến một tuần. Có nhiều nguyên nhân khác gây ra sốt và đau khớp. Bác sĩ chăm sóc sức khỏe của bạn có thể thực hiện nhiều xét nghiệm khác nhau để giúp xác định nguyên nhân.

Virus Zika có liên hệ gì với chứng đầu nhỏ của trẻ sơ sinh?

Có thể có một mối liên hệ giữa bệnh Zika và chứng đầu nhỏ bất thường (*microcephaly*) ở trẻ sơ sinh. Người ta nghi ngờ rằng khi phụ nữ mang thai bị nhiễm virus Zika qua vết chích của một con muỗi bị nhiễm bệnh thì thai nhi sẽ có nguy cơ về dị tật bẩm sinh. Tuy nhiên, có rất nhiều nguyên nhân gây chứng đầu nhỏ ở trẻ sơ sinh cho dù việc nhiễm virus Zika gây tật đầu nhỏ của thai nhi vẫn chưa được xác nhận. Cần thêm nhiều cuộc nghiên cứu để hiểu rõ các liên hệ này.

Cho đến khi biết rõ và không còn hoang mang, Bộ Sức Khỏe Cộng Đồng California khuyến cáo những biện pháp đề phòng khi đi du lịch đặc biệt cho phụ nữ đang mang thai và phụ nữ đang định có thai:

- Phụ nữ đang mang thai trong bất kỳ giai đoạn nào nên xem xét việc hoãn lại chuyến du lịch đến những nơi mà virus Zika đang lan truyền. Phụ nữ đang mang thai mà cần phải đi tới một trong những khu vực này nên nói chuyện với bác sĩ của mình trước và thực hiện đúng các bước để tránh bị muỗi cắn trong chuyến đi.
- Phụ nữ định mang thai nên tham khảo ý kiến với bác sĩ của mình trước khi đi du lịch đến các khu vực này và thực hiện đúng các bước để tránh bị muỗi cắn trong chuyến đi.
- Phụ nữ đã đi du lịch tới một khu vực nơi virus Zika đang lan truyền trong lúc mang thai nên được kiểm tra để tìm kiếm sự lây nhiễm virus Zika nếu họ có bất kỳ triệu chứng đầu

hiệu nào của Zika hoặc nếu thai nhi của họ có biểu hiện đầu nhỏ. Những lây nhiễm virus khác do muỗi truyền, như sốt xuất huyết và chikungunya, nên được loại trừ.

Mối liên hệ giữa virus Zika và hội chứng Guillain-Barré là gì?

Hội chứng Guillain-Barré (GBS) là một chứng bệnh tự miễn dịch hiếm gặp ảnh hưởng đến hệ thần kinh dẫn đến suy yếu cơ. Các trường hợp GBS đã được báo cáo trong số những người bị nhiễm Zika trong trận dịch ở French Polynesia những năm 2013-2014, và sự gia tăng các trường hợp GBS gần đây đã được ghi nhận ở Brazil và El Salvador, nơi dịch Zika đang bùng phát. Việc nhiễm virus Zika có phải là nguyên nhân gây ra GBS hay không vẫn chưa được rõ ràng và đang chờ nghiên cứu thêm.

Điều trị Zika bằng cách nào?

Không có điều trị cụ thể nào cho bệnh Zika. Hãy nói chuyện với bác sĩ chăm sóc sức khỏe của bạn về các loại thuốc giúp giảm sốt và đau; nghỉ ngơi và uống nhiều nước cũng rất hữu ích. Hầu hết mọi người sẽ cảm thấy khá hơn sau khoảng một tuần.

Mọi người có thể làm gì để tránh bị nhiễm Zika?

Không có thuốc chủng ngừa bệnh Zika. Ở những nơi bệnh Zika đang hiện diện, tất cả mọi người, kể cả phụ nữ mang thai và phụ nữ trong độ tuổi sinh đẻ, nên bảo vệ mình khỏi bị muỗi đốt.

- Chất chống muỗi có chứa DEET, Picaridin, IR3535, dầu bạch đàn, chanh nên được thoa lên da trần và quần áo.
- **Việc sử dụng thuốc chống côn trùng là an toàn và hiệu quả. Phụ nữ mang thai và phụ nữ đang cho con bú có thể và nên chọn một loại thuốc chống côn trùng EPA có cầu chứng và sử dụng theo hướng dẫn trên nhãn sản phẩm.**
- Khi thời tiết thuận tiện, hãy mặc áo dài tay và quần dài.
- Xử dụng máy lạnh hoặc lưới cửa sổ / cửa lớn để không cho muỗi vô nhà. Nếu bạn không thể giữ cho muỗi không vào nhà hoặc khách sạn được, hãy ngủ trong mùng chống muỗi.

Mọi người có thể làm gì để giúp ngăn ngừa bệnh Zika trở thành cố định ở California?

- Nếu bạn bị sốt và đau khớp sau khi trở về từ một khu vực nơi xảy ra bệnh Zika, hãy liên hệ với bác sĩ chăm sóc sức khỏe của bạn và tránh bị muỗi cắn để giúp ngăn ngừa sự lây lan của virus.
- Để giảm sự sinh sản muỗi, hãy thường xuyên kiểm tra sân nhà để tìm kiếm các thùng đọng nước. Chùi rửa và chà bồn tắm và các chén đựng nước cho vật nuôi hàng tuần. Đổ hết nước từ những đĩa lót chậu hoa. Kiểm tra máng xối / đường mương xem nước có đọng lại không.
- Liên lạc với cơ quan kiểm soát côn trùng địa phương nếu phát hiện sự gia tăng bất thường của muỗi hoặc bạn muỗi bị cắn vào ban ngày.

Tôi có thể tìm thêm thông tin về bệnh Zika ở đâu?

Trung Tâm Kiểm Soát Và Phòng Ngừa Dịch Bệnh Hoa Kỳ:
<http://www.cdc.gov/zika/index.html>

Bộ Sức Khỏe Cộng Đồng California :
<http://www.cdph.ca.gov/HealthInfo/discond/Pages/Aedes-albopictus-and-Aedes-aegypti-Mosquitoes.aspx>

Tháng Giêng năm 2016