



Cách ly tại Nhà nếu bị Bệnh lao Home Isolation for Tuberculosis (TB)

Nếu bạn bị loại bệnh lao (Tuberculosis - TB) mà có thể lây lan từ người này sang người khác (bệnh lao khởi phát truyền nhiễm - contagious active TB disease) thì chuyên gia chăm sóc sức khỏe của bạn có thể yêu cầu bạn cách ly tại nhà. Cách ly tại nhà có nghĩa là bạn tránh tiếp xúc với người khác. Cách ly tại nhà sẽ giúp ngăn chặn sự lây lan của bệnh lao sang người khác. Trẻ nhỏ và những người có hệ miễn dịch kém có nguy cơ mắc bệnh lao cao nhất.

Bệnh lao (tuberculosis, viết tắt là TB) là gì?

Bệnh lao là một bệnh nghiêm trọng do vi trùng (vi khuẩn) lây lan qua không khí gây ra khi một người mắc bệnh lao đang hoạt động ở phổi của họ ho, hắt hơi, hát hoặc nói chuyện.

Bệnh lao thường ảnh hưởng đến phổi, nhưng cũng có thể ảnh hưởng đến những bộ phận khác của cơ thể như các tuyến hạch, xương, khớp, thận, não và các cơ quan sinh sản.

Bệnh lao có thể được chữa lành. Tại B.C., những loại thuốc để ngăn ngừa hoặc điều trị bệnh lao được cung cấp miễn phí thông qua Các Dịch vụ Điều trị Bệnh lao của Tỉnh (Provincial TB Services) và các đơn vị y tế công cộng.

Để biết thêm thông tin về bệnh lao, hãy xem [HealthLinkBC File #51a Bệnh lao \(TB\)](#).

Cách ly tại nhà là gì?

Cách ly tại nhà là khi một người phải ở nhà vì họ mắc một bệnh truyền nhiễm như bệnh lao. Nếu bạn đang cách ly tại nhà, điều đó có nghĩa là bạn không bị bệnh nặng đến mức cần được chăm sóc tại bệnh viện nhưng bạn có thể lây lan bệnh lao cho người khác.

Cách ly tại nhà giúp ngăn ngừa sự lây lan của bệnh lao vì bạn ở nhà và tránh xa người khác. Ở

B.C., có các luật để hạn chế các hoạt động của những người mắc bệnh lao khởi phát truyền nhiễm. Những luật này là nhằm bảo vệ những người khác khỏi bị nhiễm bệnh lao. Những luật này là một phần của Đạo luật Y tế Công cộng B.C (B.C. Public Health Act). Để biết thêm thông tin, hãy truy cập

www.bclaws.ca/EPLibraries/bclaws_new/document/ID/freeside/00_08028_01.

Cách ly tại nhà nghĩa là gì?

- Ở trong nhà của bạn và tránh tiếp xúc với người khác
- Uống thuốc điều trị bệnh lao theo chỉ dẫn, ăn thức ăn lành mạnh và nghỉ ngơi nhiều
- Đeo khẩu trang che mũi và miệng nếu bạn phải đến các cuộc hẹn để khám bệnh và khi các chuyên gia chăm sóc sức khỏe đến nhà bạn
- Che miệng và mũi bằng khăn giấy khi bạn ho, hắt hơi hoặc cười to
- Lưu thông không khí trong các phòng bạn đang ở bằng cách mở cửa sổ (nếu thời tiết cho phép)
- Thông báo cho bất kỳ chuyên gia chăm sóc sức khỏe mới nào (chẳng hạn như nhân viên cứu thương) rằng bạn mắc bệnh lao khởi phát truyền nhiễm
- Không tiếp khách đến thăm, đặc biệt là trẻ em và những người có hệ miễn dịch kém
- Không sử dụng xe buýt, tàu hỏa, taxi hoặc máy bay
- Không đến những nơi công cộng như cơ quan, trường học, nhà thờ, cửa hàng, trung tâm mua sắm, nhà hàng hoặc rạp chiếu phim
- Hủy hoặc dời lịch các cuộc hẹn không phải để khám bệnh (chẳng hạn như với nha sĩ hoặc thợ làm tóc) cho đến khi bạn kết thúc việc cách ly tại nhà

Tôi sẽ cần cách ly tại nhà trong bao lâu?

Khoảng thời gian cần thiết cho việc cách ly tại nhà đối với mỗi người là khác nhau. Chuyên gia chăm sóc sức khỏe của bạn sẽ cho bạn biết bạn cần ở nhà trong bao lâu. Các xét nghiệm đờm sẽ giúp chuyên gia chăm sóc sức khỏe của bạn biết khi nào bạn có thể ngừng cách ly tại nhà. Đờm (sputum) là chất nhầy hoặc đờm (phlegm) mà bạn ho ra từ sâu bên trong phổi. Nếu bạn uống thuốc, bệnh lao của bạn sẽ thuyên giảm. Một khi các xét nghiệm cho thấy bạn không còn khả năng lây lan bệnh lao nữa, bạn sẽ có thể làm những việc như bạn đã làm trước khi bị bệnh.

Để biết thêm thông tin về cách lấy đờm, hãy xem [HealthLinkBC File #51b Xét nghiệm Đờm để tìm Bệnh lao \(TB\)](#).

Tôi có thể bảo vệ gia đình và bạn bè mình tránh mắc bệnh lao bằng cách nào?

Bạn có thể bảo vệ gia đình và bạn bè của mình bằng cách làm theo các hướng dẫn cách ly tại nhà và bằng cách uống thuốc điều trị bệnh lao. Bạn cũng có thể giúp bảo vệ gia đình và bạn bè của mình bằng cách đảm bảo rằng họ được xét nghiệm để phát hiện bệnh lao.

Nếu tôi cần đi đâu đó thì sao?

Cách ly tại nhà có nghĩa là bạn phải ở nhà trừ khi bạn cần chăm sóc y tế.

Nếu bạn đi đến một cuộc hẹn để khám bệnh, hãy nói với phòng khám rằng bạn đang cách ly tại nhà vì mắc bệnh lao. Bạn phải đeo khẩu trang cho đến khi trở về nhà. Nếu bạn đi đến một cuộc hẹn trên xe hơi với người khác, hãy để cửa sổ mở càng nhiều càng tốt.

Nếu tôi cần chăm sóc y tế khẩn cấp thì sao?

Điều rất quan trọng là bạn phải thông báo với các chuyên gia chăm sóc sức khỏe (nhân viên cứu thương, bác sĩ, y tá) rằng bạn bị bệnh lao khởi

phát. Điều này sẽ giúp họ bảo vệ chính mình và những người xung quanh.

Bệnh lao có thể lây cho người khác khi bắt tay, hôn hoặc quan hệ tình dục không?

Bệnh lao không lây lan khi tiếp xúc cơ thể trực tiếp, chẳng hạn như bắt tay, hôn hoặc quan hệ tình dục. Bệnh lao lây lan qua không khí khi một người bị bệnh lao khởi phát ở phổi của họ ho, hắt hơi, hát hoặc nói chuyện. Nếu bạn thường xuyên tiếp xúc gần với người bị bệnh lao, bạn sẽ có nguy cơ mắc bệnh.

Bệnh lao có thể lây sang người khác từ bát đĩa, quần áo, chăn ga hoặc nội thất của tôi không?

Bệnh lao không lây lan khi dùng chung cốc, đĩa, thìa đĩa, quần áo, ga trải giường, đồ nội thất hoặc bồn cầu. Những vật dụng này không cần phải được vệ sinh đặc biệt.

Tôi có thể ra ngoài mà không đeo khẩu trang hay không?

Hãy hỏi chuyên gia chăm sóc sức khỏe của bạn xem bạn có đủ khỏe để dành thời gian ở bên ngoài hay không. Bạn không cần phải đeo khẩu trang khi ra ngoài nhưng nên tránh xa người khác.

Tôi nên vứt bỏ khẩu trang và khăn giấy như thế nào sau khi sử dụng?

Có thể bỏ khẩu trang và khăn giấy đã sử dụng của bạn vào thùng rác thông thường. Nhớ rửa tay thường xuyên, đặc biệt là sau khi tháo khẩu trang hoặc dùng khăn giấy. Để biết thêm thông tin về rửa tay đúng cách, hãy xem [HealthLinkBC File #85 Rửa Tay: Giúp Chặn Đứng Sự Lây Lan của Vi Trùng](#).



BC Centre for Disease Control
Provincial Health Services Authority

Muốn biết thêm các đề tài của HealthLinkBC File, xin truy cập mạng www.HealthLinkBC.ca/healthfiles hoặc đến đơn vị y tế công cộng tại địa phương quý vị. Để có thông tin và lời khuyên y khoa không khẩn cấp tại B.C., xin truy cập mạng www.HealthLinkBC.ca hoặc gọi 8-1-1 (miễn phí). Để có sự giúp đỡ cho người điếc và khiếm thính, xin gọi 7-1-1. Các dịch vụ dịch thuật có sẵn cho hơn 130 ngôn ngữ khi có yêu cầu.