



Nhiễm Trùng Bao Tử Shigella

Shigellosis

Nhiễm trùng bao tử shigella là gì?

Shigella là loại vi trùng gây bệnh bao tử được gọi là nhiễm trùng bao tử shigella, hay “bệnh lỵ do trực khuẩn”. Vi trùng này thường chỉ có ở người bị nhiễm, hoặc phân của họ.

Ai có thể bị nhiễm trùng bao tử shigella?

Bất cứ người nào tiếp xúc với phân ô nhiễm cũng đều có thể bị nhiễm trùng bao tử shigella. Vi trùng này có thể lan truyền trong các môi trường giữ trẻ nhỏ, nhất là trẻ trong cỡ tuổi chập chững từ 2 đến 4 tuổi vốn chưa được tập đi vệ sinh đầy đủ hoặc còn kém về vệ sinh. Vi trùng này cũng có thể lan truyền qua thức ăn hoặc nước ô nhiễm, ở những người sống kém vệ sinh hoặc điều kiện sống không vệ sinh, nhất là những người tại các nước đang phát triển. Đàn ông đồng tính luyến ái có nhiều rủi ro bị nhiễm trùng hơn vì số người này có tỷ lệ nhiễm trùng cao.

Các triệu chứng bị nhiễm trùng bao tử shigella gồm có gì?

Các triệu chứng bị nhiễm trùng bao tử shigella gồm sốt, tiêu chảy (đôi khi có máu và/hoặc chất nhầy), đau bụng, buồn nôn và ói mửa.

Các triệu chứng này thường xảy ra từ 1 đến 3 ngày sau khi bị nhiễm. Người bị nhiễm trùng bao tử shigella có thể có các triệu chứng nhẹ, nặng hoặc không có triệu chứng. Nếu quý vị có các triệu chứng nặng, hãy đến bác sĩ. Trong đa số trường hợp thì sẽ đỡ hơn sau 5 đến 7 ngày, nhưng đôi khi có thể lâu hơn. Người có các triệu chứng nặng có thể cần vào bệnh viện, nhất là trẻ nhỏ, người cao niên từ 65 tuổi trở lên và người bị yếu hệ thống miễn nhiễm.

Nhiễm trùng bao tử shigella lan truyền như thế nào?

Nhiễm trùng bao tử shigella là một bệnh rất hay lây và dễ lây. Vi trùng này ở trong phân của người bị nhiễm, người khác sẽ bị nhiễm khi những hạt phân li ti bị nhiễm dính vào miệng của người đó, vào thức ăn hoặc nước.

Sau đây là những cách lan truyền vi trùng shigella thông thường nhất:

Tiếp xúc với phân ô nhiễm hoặc vật dụng dính phân

- Thường xảy ra tại các trung tâm giữ trẻ nếu quý vị không thường xuyên rửa tay khi chạm vào trẻ em và thay tã.

Thức ăn hoặc nước bị ô nhiễm

- Khi thức ăn bị ô nhiễm từ người nấu nhiễm bệnh
- Khi tình trạng không được vệ sinh và thiếu vệ sinh cá nhân
- Tại các quốc gia đang phát triển không tinh lọc nước uống đúng mức
- Bơi lội tại các bãi nước bị ô nhiễm

Tiếp xúc tình dục

- Qua tiếp xúc miệng-hậu môn (hãy đọc HealthLink BC File [#08n Shigella – An Enteric STD](#))
- Phân dính vào ngón tay và rồi chạm vào miệng
- Khi bỏ vào miệng thức ăn hoặc vật dụng có thể dính phân li ti

Quý vị ngừa nhiễm trùng shigella như thế nào?

Tiếp xúc với phân bị nhiễm trùng

- Rửa tay kỹ và thường xuyên là việc thật quan trọng với mọi người. Nhớ trông cho trẻ em rửa tay đúng mức tại các trung tâm giữ trẻ và ở nhà. Điều này càng quan trọng đối với trẻ chưa được tập đi vệ sinh đầy đủ, kể cả trẻ còn mặc tã.
- Khi có thể được, trẻ nhỏ bị nhiễm trùng bao tử shigella không nên ở đó hoặc chơi với trẻ khác.

Thức ăn hoặc nước bị ô nhiễm

- Các biện pháp đề phòng cơ bản về an toàn thực phẩm và tinh lọc nước uống giúp ngừa tình trạng nhiễm trùng bao tử shigella (hãy đọc HealthLink BC File [#59a Food Safety: Ten Easy Steps to Make Food Safe](#)).

- Tại các hồ bơi hay bãi nước, có đủ phòng vệ sinh gần khu vực bơi lội giúp cho nước không bị ô nhiễm.
- Chỉ ăn thức ăn nóng nấu chín hoặc trái cây tự mình lột vỏ (hãy đọc HealthLink BC File [#41e Tiêu Chảy của Người Du Lịch](#)).
- Chỉ uống nước tinh lọc hoặc nấu sôi.

Khi làm tình

- Không làm tình bằng cách tiếp xúc miệng với hậu môn nếu không bảo vệ.
- Ngay sau khi làm tình, rửa kỹ tay và các phần khác trên cơ thể có thể dính phân. Mở vòi nước ấm và rửa với xà bông.

Rửa tay thường xuyên!

- Rửa tất cả những phần trên tay và chà xát với nhau cho nổi bọt. Rửa cả lưng bàn tay và cổ tay.
- Chùi rửa trong kẽ móng tay và cắt ngắn móng.
- Lau tay bằng khăn giấy mới hoặc khăn vải sạch.
- Hãy để ý những cách mà các hạt phân li ti có thể lọt vào miệng quý vị. Những cách này gồm:
 - Cắn móng tay;
 - Châm thuốc hút;
 - Ăn kẹo không có giấy bọc, các loại hạt, khoai chiên, trái cây hoặc thức ăn khác; và
 - Dùng chung ly, chai, vật dụng ăn uống, đĩa hoặc những thứ khác trong nhà.

Nếu quý vị bị nhiễm trùng bao tử shigella, làm thế nào để tránh lây sang người khác?

- Rửa tay kỹ và thường xuyên bằng xà bông và nước. Việc này thật quan trọng đối với mọi lứa tuổi, nhất là sau khi đi cầu, thay tã, và trước khi nấu nướng hoặc pha thức uống.
- Trông chừng trẻ em khi chúng rửa tay, và giúp chúng nếu cần. Điều này thật quan trọng đối với trẻ chưa được tập đi vệ sinh đầy đủ, gồm cả trẻ đang mặc tã.
- Vắt bỏ tã bản đúng cách.
- Khử trùng các khu vực thay tã bằng thuốc tẩy pha loãng trong nhà (2 muỗng canh thuốc tẩy trong mỗi ga lông nước, 60 ml thuốc tẩy trong mỗi 4 lít nước).
- Trẻ em bị nhiễm trùng bao tử shigella không nên đến trung tâm giữ trẻ cho đến khi không còn bị nhiễm nữa.
- Những người cầm thức ăn hoặc nấu nướng, hoặc những người chăm sóc trẻ em, người bệnh,

người cao niên, hoặc những người khác còn nương tựa, không thể đi làm cho đến khi họ chứng minh được là đã hết bị nhiễm trùng (Hãy đọc *Communicable Disease Control Manual – “Exclusion of Enteric Cases and their Contacts from High Risk Settings”* (*Cẩm Nang Kiểm Soát Bệnh Truyền Nhiễm – “Tránh Các Môi Trường Có Nhiều Rủi Ro cho Những Người Bị Nhiễm Trùng Bao Tử và Những Người Tiếp Xúc với Họ”*) tại www.bccdc.ca/dis-cond/comm-manual/CDManualChap1.htm).

- Dùng làm tình không bảo vệ bằng miệng - hậu môn trong ít nhất là 7 ngày sau khi hết các triệu chứng.

Khi nào quý vị nên đến bác sĩ?

Quý vị nên đến bác sĩ nếu thấy có các triệu chứng bị nhiễm trùng bao tử shigella, nhất là nếu trong phân có máu.

Cách điều trị nhiễm trùng bao tử shigella là gì?

- Người bị nhiễm trùng bao tử shigella có thể được điều trị bằng thuốc trụ sinh để mau bình phục và để giúp tránh lây sang người khác. Tuy nhiên, những người có triệu chứng nhẹ nói chung sẽ bình phục mà không cần điều trị bằng thuốc trụ sinh.
- Nếu quý vị bị tiêu chảy, hãy uống nhiều chất lỏng để tránh khô nước trong người.
- Đến bác sĩ gia đình hoặc chuyên viên chăm sóc sức khỏe.



BC Centre for Disease Control
AN AGENCY OF THE PROVINCIAL HEALTH SERVICES AUTHORITY

Muốn biết thêm các đề tài của HealthLink BC File vào www.HealthLinkBC.ca/healthfiles/index.stm hoặc đến phòng y tế công cộng tại địa phương quý vị.

Bấm vào www.HealthLinkBC.ca hoặc gọi số 8-1-1 để biết chi tiết và các dịch vụ sức khỏe không cấp thiết tại B.C.

Muốn tìm trợ giúp cho người điếc và khiếm thính, gọi số 7-1-1 tại B.C.

Có dịch vụ dịch thuật với hơn 130 ngôn ngữ khi có yêu cầu của quý vị.