

Bệnh Quai bị

Mumps

Bệnh quai bị là gì?

Quai bị là bệnh do vi-rút quai bị gây ra. Quai bị từng là một bệnh thường gặp ở trẻ em trước khi có vắc-xin. Giờ đây bệnh này thường gặp hơn ở những người trưởng thành trẻ tuổi.

Bệnh quai bị có thể gây viêm não, một tình trạng phù nề não, mà có thể dẫn đến co giật hoặc tổn thương não. Khoảng 1 trong số 20 người mắc bệnh quai bị bị viêm màng não do bệnh quai bị, một bệnh nhiễm trùng màng não.

Bệnh quai bị cũng có thể gây điếc tạm thời. Tình trạng điếc vĩnh viễn xảy ra ở chưa đến 1 trong số 20,000 người mắc bệnh quai bị.

Người lớn và thanh thiếu niên mắc bệnh quai bị có thể bị sưng và đau tinh hoàn (khoảng 1 trong 4 trường hợp) hoặc buồng trứng (khoảng 1 trong 20 trường hợp). Cả hai loại bệnh này đều xảy ra trong thời gian ngắn và hiếm khi dẫn đến tổn thương vĩnh viễn hoặc vô sinh.

Việc bị mắc bệnh quai bị trong giai đoạn đầu của thai kỳ có thể làm tăng tỷ lệ sảy thai nhưng chưa được chứng minh là gây dị tật cho thai nhi.

Có vắc-xin phòng bệnh quai bị không?

Ở B.C. hiện có 2 loại vắc-xin cung cấp sự bảo vệ chống lại bệnh quai bị:

1. Vắc-xin ngừa bệnh Sởi, Quai bị, Sởi Đức (Measles, Mumps, Rubella - MMR)
2. Vắc-xin ngừa bệnh Sởi, Quai bị, Sởi Đức và Thủy đậu (Measles, Mumps, Rubella and Varicella - MMRV)

Những loại vắc-xin này được cung cấp miễn phí trong khuôn khổ chương trình chủng ngừa toàn dân cho trẻ nhỏ và cho những người khác cần được bảo vệ chống lại bệnh quai bị. Để biết thêm thông tin, hãy xem [HealthLinkBC File #14a Vắc-xin Sởi, Quai bị, Sởi Đức](#)

(MMR) và [HealthLinkBC File #14e Vắc-xin Sởi, Quai bị, Sởi Đức và Thủy đậu \(MMRV\)](#).

Bệnh quai bị lây lan như thế nào?

Bệnh quai bị lây lan rất nhanh và dễ dàng. Bệnh quai bị lây lan khi tiếp xúc với nước bọt hoặc chất nhầy từ miệng, mũi hoặc họng của người bị nhiễm bệnh. Khi một người bị nhiễm bệnh ho hoặc hắt hơi, vi-rút sẽ lây lan thông qua các giọt bắn trong không khí. Bạn có thể tiếp xúc với vi-rút ngay cả khi bạn ở cách xa người mắc bệnh quai bị 2 mét. Bạn có thể bị nhiễm bệnh khi hít phải những giọt bắn này hoặc chạm vào các vật và bề mặt bị nhiễm vi-rút. Dùng chung đồ ăn, thức uống hoặc hút chung thuốc lá, hoặc hôn người có vi-rút cũng có thể khiến bạn gặp rủi ro.

Các triệu chứng của bệnh là gì?

Các triệu chứng có thể bao gồm sốt, đau cơ, đau đầu và sưng tuyến nước bọt, đặc biệt là tuyến mang tai ở cạnh má.

Khoảng 1 trong 3 người bị bệnh quai bị không bị sưng tuyến nước bọt. Có đến 30% người bị bệnh quai bị không có bất kỳ triệu chứng nào. Tuy nhiên, họ vẫn có thể lây vi-rút quai bị cho người khác.

Các triệu chứng có thể xuất hiện từ thời điểm 12 đến 25 ngày sau khi một người bị nhiễm vi-rút quai bị.

Nếu tôi đã tiếp xúc với bệnh quai bị thì sao?

Nếu bạn đã tiếp xúc với người bị bệnh quai bị và chưa mắc bệnh hoặc chưa nhận số liệu vắc-xin quai bị được khuyến nghị thì bạn nên chủng ngừa. Mặc dù việc chủng ngừa bệnh quai bị sau khi tiếp xúc có thể không giúp bạn tránh bị bệnh, nhưng nó sẽ bảo vệ bạn trước những lần tiếp xúc với vi-rút trong tương lai.

Hãy kiểm tra bản ghi các mũi vắc-xin của bạn để xem bạn đã nhận được bao nhiêu liều vắc-xin quai bị. Nếu bạn sinh năm 1970 trở về sau, bạn nên nhận 1 hoặc 2 liều vắc-xin quai bị để được bảo vệ. Liên hệ với chuyên gia chăm sóc sức khỏe của bạn để tìm hiểu xem bạn có cần được chủng ngừa hay không. Những người sinh trước năm 1970 có khả năng đã miễn dịch với bệnh quai bị và không cần phải chủng ngừa.

Tôi nên làm gì nếu tôi nghĩ mình bị bệnh quai bị?

Nếu bạn bị sưng tuyến nước bọt, đặc biệt là nếu bạn đã tiếp xúc với người bị bệnh quai bị hoặc đi đến khu vực đang có đợt bùng phát bệnh quai bị, hãy đến một chuyên gia chăm sóc sức khỏe để khám. Tốt nhất bạn nên gọi điện trước để có thể gặp chuyên gia chăm sóc sức khỏe một cách nhanh chóng và không lây nhiễm cho người khác. Bệnh quai bị có thể lây lan dễ dàng ở những nơi như phòng chờ và phòng cấp cứu. Bác sĩ hoặc y tá ở khu vực phân loại bệnh nhân có thể đảm bảo rằng bạn được đưa vào khu vực kín để khám và đến phòng khám vào thời điểm mà phòng chờ trống. Hãy mang theo hồ sơ chủng ngừa của bạn. Một cuộc khám sức khỏe, xét nghiệm máu và việc lấy mẫu ở các tuyến nước bọt trong miệng hoặc lấy mẫu nước tiểu sẽ được thực hiện để chẩn đoán bệnh quai bị.

Tôi có thể làm thế nào để ngăn ngừa việc lây bệnh quai bị cho người khác?

Một người bị bệnh quai bị có thể truyền vi-rút cho người khác trong khoảng thời gian từ 7 ngày trước đến 9 ngày sau khi xuất hiện các triệu chứng. Nếu bạn bị bệnh quai bị, bạn có thể giúp ngăn ngừa lây bệnh sang người khác bằng cách:

- Nghỉ ở nhà, không đến trường học, nhà trẻ, nơi làm việc và các môi trường tập thể khác trong ít nhất 5 ngày sau khi tuyến nước bọt bắt đầu sưng
- Rửa tay thường xuyên

- Ho hoặc hắt hơi vào khăn giấy hoặc ống tay áo chứ không phải vào bàn tay
- Không dùng chung đồ ăn, thức uống, hút chung thuốc lá hoặc hôn người khác

Tôi cần làm gì để điều trị tại nhà?

Sau khi đi khám ở chuyên gia chăm sóc sức khỏe, các gợi ý để điều trị tại nhà sau đây có thể giúp bạn thoải mái hơn trong khi bạn nghỉ ngơi và hồi phục.

- Uống nhiều chất lỏng như nước, nước trái cây và súp, đặc biệt nếu bạn bị sốt
- Nghỉ ngơi thật nhiều
- Chườm đá hoặc chườm túi nóng cho hàm bị sưng hoặc đau. Nhớ đặt một chiếc khăn mỏng lên quai hàm để bảo vệ da
- Tránh thức ăn và chất lỏng chua vì tuyến nước bọt bị viêm rất nhạy cảm với vị chua
- Ăn đá bào hoặc đá bào có hương vị và thức ăn mềm mà không cần nhai

Có thể dùng acetaminophen (ví dụ như Tylenol®) hoặc ibuprofen* (như Advil®) để giảm sốt hoặc đau nhức. Không nên dùng ASA (như Aspirin®) cho bất kỳ trẻ em nào dưới 18 tuổi do nguy cơ bị Hội chứng Reye (Reye Syndrome).

*Không được cho trẻ em dưới 6 tháng tuổi dùng Ibuprofen nếu chưa nói chuyện trước với chuyên gia chăm sóc sức khỏe của bạn.

Để biết thêm thông tin về Hội chứng Reye, hãy xem [HealthLinkBC File #84 Hội chứng Reye](#).

Để biết thêm thông tin về chủng ngừa, hãy truy cập ImmunizeBC tại <https://immunizebc.ca/>.



BRITISH
COLUMBIA

ImmunizeBC



BC Centre for Disease Control
Provincial Health Services Authority

Để biết thêm các chủ đề của HealthLinkBC File, hãy truy cập www.HealthLinkBC.ca/more/resources/healthlink-bc-files hoặc đến đơn vị y tế công cộng tại địa phương bạn. Để có thông tin và lời khuyên y khoa không khẩn cấp tại B.C., hãy truy cập www.HealthLinkBC.ca hoặc gọi số 8-1-1 (miễn phí). Đối với người khiếm thính và lãng tai, hãy gọi số 7-1-1. Có các dịch vụ dịch thuật cho hơn 130 ngôn ngữ khi có yêu cầu.