

# Bệnh tại British Columbia do dùng nước nhiễm trùng

## Waterborne Infections in British Columbia

### Các bệnh do dùng nước nhiễm trùng là gì?

Các bệnh do dùng nước nhiễm trùng là bất cứ các bệnh nào gây nên bởi việc uống nước bị nhiễm một vài loại vi trùng, hoặc, “các tác nhân gây bệnh,” như vi khuẩn, siêu vi trùng, hoặc ký sinh trùng. Các ví dụ bao gồm *E.coli*, *Campylobacter*, *Salmonella*, *Giardia* và *Cryptosporidium*.

### Các bệnh do dùng nước nhiễm trùng lây lan như thế nào?

Các bệnh do dùng nước nhiễm trùng xảy ra khi chất thải (phân) của thú hoặc của người chứa các vi trùng này xâm nhập vào nước uống. Điều này rất có thể khi các hệ thống nước uống công cộng và tư nhân lấy nước của họ từ nước trên mặt đất, chẳng hạn như các hồ, ao, sông, suối, lạch hoặc hồ nhỏ.

Các con thú bị nhiễm bệnh có thể bao gồm thú nuôi trong nhà, gia súc, gia cầm hoặc các con thú hoang như hải ly (beaver), hươu nai hoặc các loài gặm nhấm. Chất thải của con người từ các bãi rác, các hồ rác, các đường ống cống, chất thải gia cư/con người hoặc các khu vực phát triển kỹ nghệ cũng có thể gây nhiễm trùng cho nguồn nước trên mặt đất được dùng làm nước uống.

### Bộ phát dịch bệnh là gì?

Khi có nhiều người bị bệnh do một sự nhiễm trùng, điều này được gọi là một ‘sự bộ phát dịch bệnh’. Các sự bộ phát dịch bệnh có thể xảy ra khi nguồn nước uống không được xử lý đúng cách hoặc khi các bể hoặc hồ chứa nước dự trữ trở nên bị nhiễm trùng hay nhiễm khuẩn.

Các trường hợp thỉnh thoảng bị bệnh do dùng nước nhiễm trùng xảy ra ngoài sự bộ phát dịch bệnh thì khó để nhận dạng. Hầu hết các loại bệnh tật truyền lây qua nước cũng có thể lây qua thực phẩm, hoặc trực tiếp từ những người hay súc vật khác.

### Các triệu chứng của việc bị bệnh do dùng nước nhiễm trùng là gì?

Nhiều người bị bệnh do dùng nước nhiễm trùng sẽ không có bất cứ các triệu chứng nào cả, và có thể sẽ không biết là họ đã bị nhiễm trùng. Theo thời gian, vi trùng di chuyển qua hệ tiêu hóa và ra khỏi cơ thể thông qua phân (chất thải).

Nếu quý vị bị bệnh, quý vị cảm thấy như thế nào tùy thuộc vào loại nhiễm trùng. Với nhiều thứ bệnh do dùng nước nhiễm trùng, quý vị bắt đầu cảm thấy bị bệnh từ 2 đến 10 ngày sau khi uống nước nhiễm trùng. Quý vị có thể bị tiêu chảy, bị các cơn đau quặn bụng, buồn nôn, ói mửa, sốt, hoặc đánh rã hay phân có mùi hôi thối. Nếu quý vị bị sốt, sưng hạch hoặc thị giác quý vị có những sự thay đổi, quý vị nên lập tức gặp ngay chuyên viên chăm sóc sức khỏe của quý vị.

### Ai có nhiều khả năng bị bệnh hơn?

Những người có nhiều khả năng bị bệnh hơn gồm có:

- Những người với hệ miễn dịch suy yếu, chẳng hạn như những người có siêu vi trùng gây bệnh liệt kháng HIV/bệnh AIDS, những người đã được cấy ghép cơ quan nội tạng hoặc cấy tủy xương, hoặc những người đã được điều trị bệnh ung thư
- Trẻ sơ và trẻ em nhỏ tuổi
- Phụ nữ có thai
- Người già
- Những người có bệnh kinh niên

Những người dễ bị các bệnh do dùng nước nhiễm trùng có thể có các phản ứng nghiêm trọng và các biến chứng trầm trọng, kể cả tử vong. Hãy hỏi chuyên viên chăm sóc sức khỏe của quý vị nếu quý vị có một hệ miễn dịch suy yếu, hoặc lo ngại về chất lượng nước uống trong cộng đồng của quý vị. Để biết thêm chi tiết, xin xem [HealthLinkBC File #56 Ngừa Các Bệnh Do Dùng Nước Nhiễm Trùng Cho Những Người Với Hệ Miễn Dịch Suy Yếu](#).

Tuy rủi ro để bị toxoplasma qua việc uống nước thì thấp, bệnh này là một bệnh đáng lo ngại cho các phụ nữ có thai. Để biết thêm thông tin, xin xem [HealthLinkBC File #43 Bệnh Toxoplasma](#).

### Tôi phải làm gì nếu tôi nghĩ mình bị bệnh do dùng nước nhiễm trùng?

Gặp chuyên viên chăm sóc sức khỏe của quý vị càng sớm càng tốt nếu:

- Quý vị bị bệnh rất nặng
- Các triệu chứng của quý vị không hết trong vòng một vài ngày
- Quý vị có một hệ miễn dịch bị suy yếu

Báo cho đơn vị y tế tại địa phương quý vị biết để có thể tìm ra nguồn lây nhiễm và kiểm soát dịch bệnh.

## Làm thế nào để tôi giữ mình không bị bệnh do dùng nước nhiễm trùng?

Không uống nước trực tiếp từ các hồ, sông, suối, lạch, khe nước hoặc ao nhỏ. Nước này có thể bị nhiễm phần (chất thải) của những con thú hoặc của người bị bệnh.

Nếu cộng đồng của quý vị có thông báo hoặc khuyến cáo phải đun sôi nước để uống, hoặc quý vị lo ngại về chất lượng nước trong cộng đồng của mình, xin xem [HealthLinkBC File #49b Khử Trùng Nước Uống](#).

Nếu quý vị có điều lo ngại về chất lượng nước quý vị đang uống, hãy liên lạc với nhân viên y tế môi trường địa phương tại chính quyền y tế. Viếng trang mạng [www2.gov.bc.ca/gov/topic.page?id=F220C3323A3B42D594A07A81947392BF](http://www2.gov.bc.ca/gov/topic.page?id=F220C3323A3B42D594A07A81947392BF) hoặc liên lạc với chính quyền y tế tại địa phương quý vị bằng điện thoại ở số:

- Chính quyền Y tế Thổ dân (First Nations Health Authority) 604 693-6500, số miễn phí 1 866 913-0033
- Y tế Fraser (Fraser Health) 604 587-4600
- Y tế Miền Trong (Interior Health) 250 862-4200
- Y tế Hải Đảo (Island Health) 250 370-8699
- Y tế miền Bắc (Northern Health) 250 565-2649
- Y tế miền duyên hải Vancouver (Vancouver Coastal Health) 604 736-2033

## Ai chịu trách nhiệm về an toàn nước uống?

Cơ quan cung cấp nước tại địa phương chịu trách nhiệm cung cấp nước uống an toàn. Cơ quan cung cấp nước có thể là một công ty tại địa phương hoặc một người làm chủ và điều hành hệ thống nước uống, và thu thập cũng như phân phối nước uống an toàn.

Cơ quan cung cấp nước có thể là chính quyền địa phương hoặc khu vực. Nhiều hệ thống nguồn nước uống nhỏ hơn tại British Columbia là do tư nhân làm chủ và điều hành bởi tư nhân hoặc các công ty thủy cục.

Nếu quý vị làm chủ căn nhà và có nguồn cung cấp nước của riêng mình, chẳng hạn như giếng nước, thì quý vị là người tự cung cấp nguồn nước cho mình.

Bất kể ai là người cung cấp nước, họ phải chịu trách nhiệm để bảo đảm nước uống phải được xử lý đúng cách trước khi cung cấp cho những người uống nước đó. Để biết thêm thông tin, xin xem [HealthLinkBC File #05b Xét Nghiệm Nước Giếng](#) hoặc liên lạc với nhân viên y tế môi trường tại địa phương quý vị.

## Các cơ quan cung cấp nước bảo vệ tôi không bị bệnh do dùng nước nhiễm trùng bằng cách nào?

Các cơ quan cung cấp nước dùng cách khử trùng chính để giết hoặc loại bỏ các vi trùng trong nước. Phương pháp khử trùng chính có thể bao gồm một hoặc nhiều hơn một của các công nghệ xử lý nước sau đây: lọc, khử trùng bằng chất chlorine, dùng ozone để khử trùng nước, hoặc khử trùng bằng tia cực tím. Sau khi đã khử trùng bằng phương pháp chính, một chất khử trùng có độ đậm đặc thấp được duy trì trong nguồn nước, được gọi là khử trùng phụ, để bảo vệ khi nước di chuyển trong hệ thống phân phối để đến nhà quý vị.

## Tôi có nên xử lý nguồn nước của mình hay không?

Luôn luôn xử lý nguồn nước của quý vị nếu:

- Cộng đồng của quý vị được thông báo ‘phải đun sôi nước’ hoặc ‘cần lưu ý về phẩm chất nước’
- Nước uống của quý vị được lấy trực tiếp từ suối, sông, hồ, lạch hoặc một giếng cạn hay một giếng nước không được xây đúng cách, hoặc giếng nước của quý vị có rủi ro chứa các mầm vi trùng
- Các mẫu nước của quý vị xét nghiệm dương tính có “trực khuẩn coli của phân” hoặc vi khuẩn *E. Coli*. Điều này có thể cho biết có sự hiện diện của phân người hoặc phân súc vật. Đây là nguyên nhân để lo ngại vì nhiều vi trùng lây lan qua phân
- Một cơn lụt, động đất, hỏa hoạn hoặc tai ương khác đã làm gián đoạn nguồn cung cấp nước uống của quý vị
- Quý vị đang du lịch ở một khu vực nơi nước không được xử lý tốt, hoặc không chắc chắn về phẩm chất nước uống
- Quý vị có một hệ miễn dịch bị suy yếu. Để biết thêm thông tin, xin xem [HealthLinkBC File #56 Ngừa Các Bệnh Do Dùng Nước Nhiễm Trùng Cho Những Người Với Hệ Miễn Dịch Suy Yếu](#)

Đun sôi là cách tốt nhất để giết vi khuẩn, siêu vi trùng và ký sinh trùng. Nói chung, nước phải được đun sôi ít nhất 1 phút, hoặc 2 phút nếu quý vị ở một cao độ trên 2000 thước. Để biết thêm thông tin, xin xem [HealthLinkBC File #49b Khử Trùng Nước Uống](#).



BC Centre for Disease Control  
An agency of the Provincial Health Services Authority

Muốn biết thêm các đề tài của HealthLinkBC File, xin viếng trang mạng [www.HealthLinkBC.ca/healthfiles](http://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 viếng trang mạng [www.HealthLinkBC.ca](http://www.HealthLinkBC.ca) hoặc gọi 8-1-1 (miễn phí). Để có sự giúp đỡ cho người điếc và lảng tai, xin gọi 7-1-1. Các dịch vụ dịch thuật có sẵn cho hơn 130 ngôn ngữ khi có yêu cầu.