

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 chủng ngừa. 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 tình trạng 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 bảo vệ chống lại bệnh quai bị:

1. Vắc-xin ngừa bệnh Sởi, Quai bị, Rubella (Measles, Mumps, Rubella - MMR)
2. Vắc-xin ngừa bệnh Sởi, Quai bị, Rubella 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 định kỳ cho trẻ nhỏ và cho những người khác cần được bảo vệ chống lại bệnh quai bị. Để biết thêm thông tin, hãy truy cập [HealthLinkBC File #14a](#)

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

Bệnh quai bị lây lan như thế nào?

Bệnh quai bị lây lan rất nhanh và dễ dàng. Bệnh này lây lan khi tiếp xúc với nước bọt hoặc chất nhầy từ miệng, mũi hoặc họng của người mắc bệnh quai bị. Vi-rút quai bị lây lan qua các giọt bắn trong không khí khi người mắc bệnh quai bị ho hoặc hắt hơi. Bạn có thể bị nhiễm bệnh nếu bạn hít phải những giọt bắn này hoặc chạm vào các vật và bề mặt bị nhiễm vi-rút này. Việc dùng chung đồ ăn, thức uống hoặc hút chung thuốc lá, hoặc hôn người mắc bệnh quai bị cũng có thể khiến bạn gặp nguy cơ.

Bệnh này gây ra các triệu chứng gì?

Các triệu chứng của bệnh quai bị có thể bao gồm sốt, đau cơ, đau đầu, mệt mỏi, chán ăn 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 nhưng họ vẫn có thể lây bệnh vi-rút quai bị cho người khác.

Các triệu chứng thường xuất hiện từ thời điểm 12 đến 25 ngày sau khi tiếp xúc với 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 một liều vắc-xin ngừa bệnh quai bị thì bạn nên chủng ngừa. Mặc dù việc nhận vắc-xin 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 này 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 ngừa bệnh quai bị. Nếu bạn sinh năm 1970 trở về sau, bạn nên nhận 1 hoặc 2 liều vắc-xin ngừa bệnh quai bị để được bảo vệ. Hãy liên lạc với một chuyên gia chăm sóc sức khỏe 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 được khám nhanh chóng và tránh cho người khác tiếp xúc với bệnh. Bệnh quai bị có thể lây lan dễ dàng ở những nơi như phòng chờ và phòng cấp cứu. Bác sĩ hoặc y tá 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 của bạn 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 hoặc 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 sưng 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* (ví dụ 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 truy cập [HealthLinkBC File #84 Hội chứng Reye](#).



Để biết thêm các chủ đề của HealthLinkBC File, hãy truy cập www.HealthLinkBC.ca/health-library/healthlinkbc-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 trang www.HealthLinkBC.ca hoặc gọi số 8-1-1 (miễn phí). Đối với người khiếm thính và lảng tai, hãy gọi số 7-1-1. Có các dịch vụ dịch thuật cho hơn 130 ngôn ngữ khi có yêu cầu.