

# Cảnh báo sức khỏe: Bệnh quai bị

## BỆNH QUAI BỊ LÀ GÌ?

Bệnh quai bị là một bệnh gây ra bởi một loại vi-rút. Bệnh thường bắt đầu với một vài ngày sốt, nhức đầu, đau cơ, mệt mỏi và chán ăn. Sau đó, người bị bệnh quai bị có thể phát triển đến tình trạng sưng má hoặc sưng quai hàm.

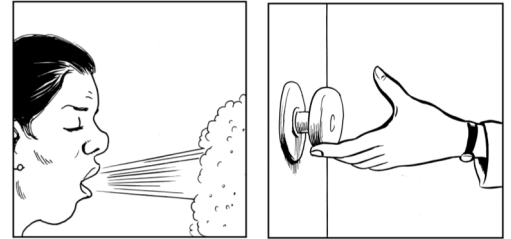
Hầu hết những người bị quai bị sẽ hết bệnh trong một vài tuần. Một số người bị quai bị có thể chỉ bệnh nhẹ hoặc có thể không biết rằng họ đang mắc bệnh. Tuy nhiên, bệnh quai bị đôi khi có thể gây ra các vấn đề sức khỏe nghiêm trọng, đặc biệt là ở người lớn. Những vấn đề ảnh hưởng đến sức khỏe có thể bao gồm sưng não hoặc điếc. Một số trẻ em trai và nam giới có thể bị sưng tinh hoàn.

## BỆNH QUAI BỊ (HAY BỆNH SƯNG HÀM) LÂY LAN NHƯ THẾ NÀO?

Quý vị có thể lây bệnh quai bị cho người khác khi ho, hắt hơi, hoặc phun nước bọt trong khi nói chuyện. Bệnh cũng có thể lây lan bằng cách:

- chia sẻ chén, thìa, đĩa, bình sữa trẻ em, và những đồ dùng khác
- chạm vào đồ vật hay những nơi người có bệnh quai bị đã chạm tới.

Quai bị có thể lây lan nếu một ai đó đang có bệnh quai bị đi đến nơi mà nhiều người đang tụ tập.



## AI DỄ BỊ BỆNH QUAI BỊ?

- Trẻ em dưới 1 tuổi
- Trẻ em trên 1 tuổi mà chưa được chủng ngừa bệnh quai bị ít nhất 1 liều (vắc-xin MMR ngừa Sởi, Quai Bị, Ban Đỏ)
- Người lớn sinh vào năm 1957 hay sau đó mà chưa được tiêm phòng hay chưa từng bị bệnh quai bị.

## LÀM THẾ NÀO QUÝ VỊ CÓ THỂ NGĂN NGỪA BỆNH QUAI BỊ?

- Nhận vắc-xin quai bị (có trong thuốc chủng ngừa MMR)
- Tránh xa những ai đang bệnh quai bị
- Rửa tay thường xuyên với xà phòng và nước
- Không dùng chung cốc, thìa, đĩa, bình sữa trẻ em, và những đồ dùng khác.



## LÀM GÌ NẾU QUÝ VỊ NGHĨ MÌNH ĐANG BỊ BỆNH QUAI BỊ?

- Gọi bác sĩ nếu quý vị hoặc con em quý vị có những dấu hiệu của bệnh quai bị: sốt, nhức đầu, đau cơ, mệt mỏi, chán ăn, và sưng má hoặc sưng hàm
- Ở nhà và tránh xa những người khác cho đến khi quý vị có thể gặp bác sĩ. Điều này bao gồm tránh xa gia đình càng nhiều càng tốt để họ không bị lây bệnh.

Để tìm y tế với chi phí thấp: <http://www.srhd.org/feature.asp?id=86>