



Vắc-xin ngừa bệnh Tiêu chảy và bệnh Thở tả thường gặp ở Người đi nước ngoài Traveller's Diarrhea and Cholera Vaccine

Các loại vắc-xin cho người đi nước ngoài được khuyến nghị cho những người đi du lịch hoặc làm việc ở một số quốc gia. Điều quan trọng là phải nói chuyện với chuyên gia chăm sóc sức khỏe của bạn, hoặc đến phòng khám dành cho người đi nước ngoài ít nhất 6 đến 8 tuần trước khi bạn khởi hành.

Hầu hết các loại vắc-xin dành cho người đi nước ngoài không được bao trả bởi Chương trình Dịch vụ Y tế của Tỉnh (Medical Services Plan - MSP), vì vậy hãy hỏi phòng khám dành cho người đi nước ngoài tại địa phương của bạn để biết chi phí.

Hãy mang theo hồ sơ chủng ngừa của bạn đến phòng khám dành cho người đi nước ngoài. Điều quan trọng là phải giữ bản ghi các loại vắc-xin cho người đi nước ngoài mà bạn đã tiêm/chích và mang theo tài liệu này trong chuyến đi của bạn.

Vắc-xin ngừa bệnh tiêu chảy và bệnh thở tả thường gặp ở người đi nước ngoài là gì?

Vắc-xin này giúp bạn được bảo vệ một phần để tránh mắc bệnh tiêu chảy và bệnh thở tả mà người đi nước ngoài thường gặp. Đây là những bệnh nhiễm khuẩn do 2 loại vi khuẩn gây ra.

Vắc-xin này được Bộ Y tế Canada phê duyệt.

Ai nên được tiêm/chích vắc-xin này?

Nếu bạn sẽ đi du lịch hoặc làm việc ở Trung và Nam Mỹ, vùng Caribe, Đông Nam Á, Châu Phi và Đông hoặc Nam Âu, bạn được khuyến nghị nên tiêm/chích vắc-xin này. Bác sĩ hoặc y tá của phòng khám dành cho người đi nước ngoài sẽ tư vấn xem bạn có nên tiêm/chích vắc-xin này hay không. Có thể bắt buộc phải tiêm/chích một liều nhắc lại nếu bạn tiếp tục đi du lịch hoặc làm việc ở những khu vực này.

Vắc-xin này được đưa vào cơ thể bằng cách nào?

Bệnh tiêu chảy thường gặp ở người đi nước ngoài
Người trưởng thành và trẻ em từ 2 tuổi trở lên được cấp 2 liều vắc-xin để uống tại nhà (qua đường miệng). Có thể bắt buộc phải tiêm/chích một liều nhắc lại 3 tháng một lần. Vui lòng lưu ý rằng vắc-xin này cần được bảo quản lạnh; bạn có thể gặp khó khăn trong việc mang theo vắc-xin này trong các chuyến đi của mình.

Bệnh thở tả

Người trưởng thành và trẻ em từ 6 tuổi trở lên được cấp 2 liều vắc-xin để uống tại nhà. Có thể bắt buộc phải tiêm/chích một liều nhắc lại 2 năm một lần.

Trẻ em từ 2 đến 6 tuổi được cấp 3 liều vắc-xin để uống tại nhà. Có thể bắt buộc phải tiêm/chích một liều nhắc lại 6 tháng một lần.

Vắc-xin này sẽ bắt đầu cung cấp sự bảo vệ khoảng 1 tuần sau khi uống liều cuối cùng.

Phòng khám dành cho người đi nước ngoài sẽ hướng dẫn về cách uống vắc-xin tại nhà. Điều quan trọng là phải làm theo các hướng dẫn.

Có thể có những phản ứng gì sau khi tiêm/chích vắc-xin này?

Các phản ứng thường nhẹ và tạm thời. Các phản ứng thường gặp nhất là đau bụng, tiêu chảy, buồn nôn/mất ói và nôn mửa.

Có thể cho uống Acetaminophen (ví dụ Tylenol®) hoặc ibuprofen* (ví dụ Advil®) nếu bị sốt hoặc đau nhức. Không nên cho bất cứ ai dưới 18 tuổi uống ASA (ví dụ Aspirin®) vì rủi ro bị Hội Chứng Reye.

*Không nên cho trẻ em dưới 6 tháng tuổi uống Ibuprofen mà không hỏi ý kiến của chuyên viên chăm sóc sức khỏe của quý vị trước.

Muốn biết thêm chi tiết về Hội Chứng Reye, hãy đọc [HealthLinkBC File #84 Hội Chứng Reye](#).

Sau khi tiêm/chích bất kỳ vắc-xin nào, có một khả năng cực hiếm xảy ra, dưới 1 người trong 1 triệu người, là phản ứng dị ứng đe dọa đến tính mạng gọi là sốc phản vệ (anaphylaxis). Phản ứng này có thể bao gồm nổi mề đay, khó thở, hoặc sưng họng, lưỡi hoặc môi. Nếu phản ứng này xảy ra, chuyên gia chăm sóc sức khỏe của bạn đã được chuẩn bị để điều trị nó. Điều trị khẩn cấp bao gồm việc sử dụng epinephrine (adrenaline) và chuyển bằng xe cấp cứu đến phòng cấp cứu gần nhất. Nếu các triệu chứng này xuất hiện, hãy gọi **9-1-1** hoặc số điện thoại khẩn cấp ở địa phương.

Điều quan trọng là phải luôn báo cáo các phản ứng nghiêm trọng hoặc bất ngờ cho chuyên gia chăm sóc sức khỏe của bạn.

Ai không nên tiêm/chích vắc-xin này?

Hãy nói chuyện với bác sĩ hoặc y tá của phòng khám dành cho người đi nước ngoài nếu bạn:

- Đã có phản ứng đe dọa đến tính mạng với một liều vắc-xin ngừa bệnh thổ tả trước đó hoặc với bất kỳ thành phần nào của vắc-xin này bao gồm saccharin; hoặc
- Hiện đang bị sốt hoặc đau bụng

Không được chủng ngừa vắc-xin này cho trẻ em dưới 2 tuổi.

Bệnh tiêu chảy thường gặp ở người đi nước ngoài là gì?

Bệnh tiêu chảy thường gặp ở người đi nước ngoài là tình trạng thường xuyên đi tiêu/đại tiện phân lỏng hoặc chảy nước, thường do ăn hoặc uống thực phẩm hoặc chất lỏng bị nhiễm khuẩn. Các triệu chứng cũng có thể bao gồm co thắt dạ dày, buồn nôn/mắc ói, nôn mửa, đầy hơi và cảm thấy không khỏe. Các triệu chứng có thể bắt đầu đột ngột và kéo dài từ 3 đến 5 ngày.

Nguyên nhân phổ biến nhất của bệnh tiêu chảy thường gặp ở người đi nước ngoài là thức ăn hoặc nước bị nhiễm vi khuẩn có tên là *enterotoxigenic E. coli* (ETEC). Các vi khuẩn này có trong chất thải đại tiện (phân) của người bị nhiễm khuẩn. Những người sử dụng nhà vệ sinh mà không rửa tay đúng cách có thể truyền vi khuẩn này cho người khác qua việc chế biến thức ăn hoặc tiếp xúc tay chạm vào miệng. Thực phẩm cũng có thể bị nhiễm khuẩn khi phân được sử dụng làm phân bón, hoặc khi nước bị nhiễm khuẩn được sử dụng để phun lên rau trong các quầy hàng trong chợ.

Bệnh thổ tả là gì?

Bệnh thổ tả là một bệnh nhiễm khuẩn nghiêm trọng và đôi khi đe dọa đến tính mạng do vi khuẩn *Vibrio cholerae* gây ra. Những người bị mắc bệnh có thể không xuất hiện triệu chứng hoặc chỉ bị tiêu chảy nhẹ. Tuy nhiên, những người khác có thể bị tiêu chảy nghiêm trọng, phân chảy nước và bị nôn mửa. Nếu không được điều trị, các triệu chứng này có thể dẫn đến tình trạng bị mất nước nghiêm trọng và tử vong.

Giống như ETEC, vi khuẩn thổ tả cũng có trong phân của người bị nhiễm bệnh và bệnh này cũng lây lan theo cách tương tự. Ngoài ra, vi khuẩn thổ tả có thể sống trong nước ở một số vùng ven biển và bệnh này có thể lây lan khi ăn hải sản và động vật có vỏ còn sống hoặc nấu chưa chín.

Tôi có thể thực hiện các biện pháp phòng ngừa nào khác khi đi nước ngoài?

Việc cũng rất quan trọng là phải giữ vệ sinh cá nhân tốt và thực hiện các biện pháp phòng ngừa về đồ ăn và đồ uống. Để biết thêm thông tin, hãy xem [HealthLinkBC File #41a Khuyến Cáo Sức Khỏe cho Người Du Lịch](#).

Sự chấp thuận của Trẻ vị thành niên Chín chắn

Cha mẹ hoặc người giám hộ và con cái họ được khuyến nghị thảo luận về việc chấp thuận chủng ngừa. Trẻ em dưới 19 tuổi, những người có thể hiểu được những lợi ích cũng như những phản ứng có thể xảy ra đối với mỗi loại vắc-xin và nguy cơ của việc không chủng ngừa, có thể đồng ý hoặc từ chối một cách hợp pháp việc chủng ngừa. Để biết thêm thông tin về sự đồng ý của trẻ vị thành niên chín chắn, hãy xem [HealthLinkBC File #119 Luật về Trẻ Thơ, Ưng Thuần Của Vị Thành Niên Chín Chắn và Sự Chủng Ngừa](#).

Để Biết thêm Thông tin

Để biết danh sách phòng khám dành cho người đi nước ngoài tại B.C., hãy truy cập Cơ quan Y tế Công cộng Canada (Public Health Agency of Canada): www.canada.ca/en/public-health/services/travel-health/yellow-fever/vaccination-centres-canada-british-columbia.html.

Để biết thêm thông tin về các loại vắc-xin dành cho người đi nước ngoài, hãy xem [HealthLinkBC File #41c Chủng Ngừa Du Lịch cho Người Lớn](#).

Muốn biết thêm các đề tài của HealthLinkBC File, xin truy cập mạng 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 truy cập mạng www.HealthLinkBC.ca hoặc gọi **8-1-1** (miễn phí). Để có sự giúp đỡ cho người điếc và khiếm thính, xin gọi **7-1-1**. Các dịch vụ dịch thuật có sẵn cho hơn 130 ngôn ngữ khi có yêu cầu.