



## Các Sự Thật Về Bệnh Thủy Đậu Facts about Chickenpox

### Thủy đậu là gì?

Thủy đậu là một chứng nhiễm trùng do siêu vi khuẩn varicella-zoster gây ra. Thủy đậu thông thường là một bệnh nhẹ ở trẻ em. Thiểu niên, người lớn và những người bị yếu hệ thống miễn nhiễm có thể bị nhiễm trùng nặng hơn.

Các biến chứng từ thủy đậu gồm sưng phổi (nhiễm trùng phổi), viêm não (sưng não), và da bị nhiễm trùng vì gãi. Viêm não có thể đưa đến co giật cơ thể, điếc hoặc hư não. Khoảng 1 trong 3,000 người lớn bị thủy đậu sẽ thiệt mạng vì bệnh này. Thủy đậu có thể gây ra khuyết tật bẩm sinh nếu người mẹ bị nhiễm thủy đậu trong lúc có thai, và các chứng này có thể làm thiệt mạng.

### Có thuốc chủng ngừa hay không?

Có, thuốc chủng ngừa thủy đậu bảo vệ chống lại thủy đậu. Muốn biết thêm chi tiết, hãy đọc HealthLinkBC File [#44b Thuốc Chủng Ngừa Thủy Đậu](#).

### Thủy đậu lan truyền như thế nào?

Siêu vi khuẩn này lan truyền dễ dàng từ người này sang người khác qua không khí khi người bị nhiễm hắt mũi hoặc ho. Siêu vi khuẩn này cũng có thể truyền nhiễm khi tiếp xúc với chất dịch từ các vết rộp da thủy đậu, hoặc nước miếng (nước bọt) của người bị thủy đậu. Phụ nữ có thai bị thủy đậu có thể truyền sang con trước khi sinh.

Người bị thủy đậu có thể truyền siêu vi khuẩn sang người khác đến tối đa là 5 ngày trước và 5 ngày sau khi da nổi rộp. Họ dễ truyền nhiễm nhất từ ngày trước và trong vài ngày đầu sau khi da nổi rộp.

Muốn giảm bớt mức truyền nhiễm của thủy đậu, trẻ bị bệnh này không nên đến nơi giữ trẻ hoặc đi học cho đến 5 ngày sau khi bắt đầu nổi rộp da hoặc sau khi các vết rộp đã đóng vảy khô.

Thông thường sau khi nhiễm siêu vi khuẩn này từ 2 đến 3 tuần mới bị bệnh. Nếu con quý vị bị nhiễm siêu vi khuẩn này, hãy để ý các dấu hiệu bệnh từ 2 đến 3 tuần sau đó.

### Có các triệu chứng gì?

Các triệu chứng của thủy đậu có thể gồm sốt, đau nhức, mệt mỏi, nhức đầu và biếng ăn. Vài ngày sau thì da nổi đỏ. Lúc đầu có những chấm đỏ nổi trên mặt và da đầu, rồi lan nhanh xuống người và tay chân. Những chấm này trở nên rất ngứa ngáy và bắt đầu trông như những vết rộp da, có nước trong ở bên trong vết rộp. Sau vài ngày nữa, chất nước này trở nên đục, vết rộp vỡ ra, và đóng thành vảy khô trong khi da lành. Trong thời gian này, “những loạt” chấm mới xuất hiện, tạo thành vết rộp, và rồi đóng vảy khô. Thủy đậu thông thường kéo dài khoảng 10 ngày.

### Cách điều trị như thế nào?

Nếu quý vị đã nhiễm siêu vi khuẩn thủy đậu, cách điều trị sẽ tùy theo tuổi, sức khỏe cá nhân, và mức độ nặng nhẹ của bệnh. Đa số trẻ em khỏe mạnh sẽ chỉ cần ở nhà nghỉ ngơi.

Phụ nữ có thai, trẻ sơ sinh, và người bị yếu hệ thống miễn nhiễm chưa được chủng ngừa hoặc trước đây chưa bị thủy đậu hoặc shingles (bệnh zona) thì nên đến một chuyên viên chăm sóc sức khỏe ngay nếu họ tiếp xúc, hoặc bị nhiễm, thủy đậu. Phải bắt đầu những cách phòng ngừa càng sớm càng tốt để giảm bệnh, và rủi ro sinh biến chứng.

Các phương pháp phòng ngừa có thể gồm thuốc chống siêu vi khuẩn, và chích globulin miễn nhiễm varicella zoster hoặc thuốc chủng ngừa thủy đậu.

### Cách điều trị ở nhà như thế nào?

Trong đa số trường hợp, thủy đậu là một bệnh nhẹ. Nếu quý vị bị thủy đậu, quý vị nên nghỉ ngơi nhưng không cần phải nằm trên giường.

Những việc giúp ích được nhiều nhất là những việc giúp cho quý vị hoặc con quý vị cảm thấy thoải mái hơn. Quý vị có thể áp dụng một số bước sau đây:

- Uống nhiều chất lỏng như nước lã, nước trái cây và súp, nhất là nếu bị sốt. Nếu em bé đang bú sữa mẹ, hãy cho em bé bú thường xuyên hơn.
- Cắt ngắn móng tay và giữ sạch sẽ, và dùng bao tay hoặc tất bọc tay vào ban đêm để không gãi.
- Giữ cho da được mát để đỡ ngứa. Mặc quần áo mỏng và tránh tắm bồn và vòi sen bằng nước nóng. Hỏi dược sĩ hoặc chuyên viên chăm sóc sức khỏe về thuốc bôi có thể giúp bớt ngứa.
- Ngăn ngừa truyền nhiễm bệnh bằng cách dùng thuốc tẩy trong nhà để giặt rửa bất cứ quần áo hay vật dụng gì khác bị dính chất dịch từ vết rộp thủy đậu. Tránh để người bị nhiễm đến gần những người khác trong nhà chưa bị nhiễm thủy đậu.

Có thể cho uống Acetaminophen hoặc Tylenol® nếu bị sốt hoặc đau nhức. **KHÔNG** nên cho bất cứ người nào dưới 20 tuổi uống ASA hoặc Aspirin® vì rủi ro bị Hội Chứng Reye.

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

### Shingles (bệnh zona) là gì?

Cùng loại siêu vi khuẩn gây ra thủy đậu cũng gây bệnh shingles. Đôi với một số người, siêu vi khuẩn này có thể hoạt động lại sau này trong đời và làm rộp da đau đớn gọi là shingles.

Các triệu chứng của shingles là nhức đầu, sốt, buồn nôn và ớn lạnh. Người ta có thể cảm thấy ngứa ngáy, lẩn tẩn nhột nhạt, hoặc thật đau ở chỗ rộp da nhiều ngày sau đó. Phải mất từ 2 đến 4 tuần thì những vết rộp này mới lành, nhưng có thể còn một số sẹo.

Người bị shingles mà cảm thấy khỏe mạnh thì không cần phải nghỉ làm hoặc ngưng các sinh hoạt khác, miễn là có thể che kín hoàn toàn chỗ rộp da. Shingles không thể lây từ người này sang người khác. Tuy nhiên, người chưa bị thủy đậu hoặc chưa được chủng ngừa thủy đậu có thể bị nhiễm thủy đậu từ người bị shingles. Trường hợp này không thường xảy ra và phải có tiếp xúc trực tiếp với chất dịch từ những vết rộp da shingles.

Muốn biết thêm chi tiết về shingles, hãy đọc HealthLinkBC File [#111 Thuốc Chủng Ngừa Zona \(Shingles\)](#).



ImmunizeBC



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.