



TRUNG TÂM TRUYỀN THÔNG GIÁO DỤC SỨC KHỎE - SỞ Y TẾ THỪA THIÊN HUẾ

THAI PHỤ, THAI NHI VÀ TRẺ EM LÀ NẠN NHÂN CỦA KHÓI THUỐC LÁ

Theo Tổ chức Y tế Thế giới (WHO), một nửa những người nghiện thuốc lá hiện nay (khoảng 650 triệu người trong tổng số 1,3 tỷ người hút thuốc) sẽ bị chết sớm vì các bệnh liên quan đến hút thuốc. Đáng báo động hơn là hàng trăm ngàn người chưa bao giờ hút thuốc vẫn phải chết mỗi năm vì những bệnh do hít phải khói thuốc của người khác (người ta gọi là hút thuốc thụ động).

Theo giới chuyên môn, nhiễm khói thuốc lá trong quá trình mang thai có thể gây ảnh hưởng xấu đến sức khỏe các thai phụ và thai nhi ngay cả trước, trong và sau khi đưa bé ra đời.

1. Ảnh hưởng đến thai phụ:

Các thai phụ thường xuyên hút thuốc hoặc hít phải khói thuốc thụ động có thể làm gia tăng nguy cơ phát triển bệnh ung thư phổi, bệnh tim, bệnh khí phế thũng, dị ứng, chàm bội nhiễm và một số các vấn đề về sức khỏe khác. Tỷ lệ hút thuốc lá của nữ Việt Nam 1,4% nhưng hút thuốc thụ động cao, do tỷ lệ nam giới nước ta hút thuốc lá cao 47,4%.

2. Ảnh hưởng đến sự thụ thai:

Việc hút thuốc lá ở nam giới đã được chứng minh là có liên quan đến việc suy giảm số lượng tinh trùng, làm giảm khả năng di chuyển và làm tổn hại các ADN của chúng.

Đối với nữ giới việc hút thuốc lá làm suy giảm chất lượng hoặc thậm chí làm ảnh hưởng chất lượng trứng trong buồng trứng, tăng nguy cơ mãn kinh sớm ở phụ nữ, và cả 2 điều này đều làm giảm khả năng thụ thai. Độ tuổi sinh sản của phụ nữ không

hút thuốc dài hơn so với phụ nữ hút thuốc. Ngoài ra, hút thuốc lá còn khiến cho việc mang thai tự nhiên trở nên khó khăn hơn.

Ở phụ nữ hút thuốc lá có ảnh hưởng xấu trong suốt thai kỳ. Hút thuốc làm tăng nồng độ của các hormon epinephrin, vasopressin, làm cho trứng đi qua ống dẫn trứng nhanh hơn, khi trứng đã thụ tinh vào tử cung sớm thì sẽ dễ sảy thai hơn, tỷ lệ có thai ngoài tử cung cũng thường lớn hơn từ 2-4 lần so với những phụ nữ không hút thuốc. Chất nicotin ngăn cản sự hình thành những hạt nhỏ trên vỏ trứng. Đó là các bọc nhỏ đặc biệt gần bề mặt của trứng, thường co lại sau khi trứng đã thụ tinh và ngăn chặn không cho những tinh trùng khác vào trong trứng. Nếu sự hình thành các bọc nhỏ đặc biệt này bị ngăn cản thì sẽ dẫn đến hiện tượng gọi là đa thụ tinh (thụ tinh nhiều tinh trùng) và làm cho phôi không trở thành thai nhi được. Chứng đa thụ tinh thường xảy ra ở phụ nữ hay hút thuốc hơn những phụ nữ không hút thuốc. Nguy hiểm nhất là thai phụ dễ bị sảy thai.

3. Tác hại đối với thai nhi:

Tình trạng thai phụ hút thuốc hoặc hít phải khói thuốc thụ động trong khi mang thai, chất nicotin (chất gây nghiện có trong thuốc lá), monoxit carbon và vô số những độc tố khác sẽ được hấp thu vào máu và truyền trực tiếp tới thai nhi sẽ gây ra nhiều mối hiểm họa cho thai nhi như: Giảm lượng ôxy trong cơ thể cung cấp cho thai phụ cũng như cho quá trình phát triển của thai nhi: Gia tăng nhịp tim ở thai nhi, tăng nguy cơ thai nhi bị chết non (thai lưu); nguy cơ trẻ bị sinh non, nhẹ cân; nguy cơ thai nhi mắc các vấn đề về hệ hô hấp. Lượng thuốc bạn hút mỗi ngày càng nhiều,

sẽ càng làm gia tăng nguy cơ thai nhi mắc phải các vấn đề trên.

4. Tác hại đối với trẻ:

Một cuộc nghiên cứu được tiến hành gần đây cho thấy, những đứa trẻ tiếp xúc với khói thuốc trong nhà có thể có chỉ số IQ (chỉ số thông minh) thấp hơn những đứa trẻ cùng tuổi không hít phải khói thuốc lá thụ động. Môi trường bị ô nhiễm khói thuốc lá đã được chứng minh có liên quan trực tiếp đến một số các vấn đề về sức khỏe ở trẻ, bao gồm hội chứng trẻ bị đột tử, đau bụng, viêm tai giữa, làm tụt tụt thêm các triệu chứng của bệnh chàm bội nhiễm cũng như làm nảy sinh các vấn đề khác về hô hấp. Cuộc nghiên cứu còn cho biết thêm rằng, những đứa trẻ sống trong môi trường bị ô nhiễm khói thuốc có thể gây tổn hại tới hệ thần kinh, tác động tiêu cực tới quá trình phát triển kỹ năng lập luận và kỹ năng nhận thức.

Thấy rõ nguy hại của thuốc lá tới sức khỏe con người và những công dân tương lai trên hành tinh chúng ta, hãy hành động vì mình và vì mọi người!

BỆNH SỐT XUẤT HUYẾT

(BỆNH SỐT DENGUE; SỐT XUẤT HUYẾT DENGUE)

1. Tác nhân gây bệnh:

- Virus Dengue gây bệnh thuộc giống flaviviruses.

- Virus Dengue có thể tồn tại, phát triển lâu dài trong cơ thể muỗi Aedes Aegypti; tuy nhiên dễ dàng bị diệt khi ra khỏi môi trường bên ngoài, virus có thể tồn tại hằng năm trong nhiệt độ âm (- 70 độ C)

2. Nguồn truyền nhiễm:

- Ổ chứa: Người là ổ chứa và là nguồn truyền nhiễm chủ yếu của bệnh SXH. Muỗi vằn Aedes aegypti là véc tơ chính trung gian truyền bệnh sốt xuất huyết Dengue. Ngoài bệnh nhân, người mang vi rút dengue không triệu chứng cũng đóng vai trò truyền bệnh quan trọng.

- Thời gian ủ bệnh: 3 -14 ngày, trung bình 5 -7 ngày.

- Thời kỳ lây truyền: Bệnh nhân SXH là nguồn lây truyền ngay trước khi xuất hiện cơn sốt cho tới khi hết sốt (khoảng 6 -7 ngày); người mang vi rút không triệu chứng thường có thời kỳ lây truyền ngắn hơn. Muỗi Aedes Aegypti nhiễm vi rút từ 5 -12 ngày sau khi hút máu và có khả năng truyền bệnh suốt đời của muỗi.

3. Phương thức lây truyền:

- Bệnh lây truyền qua vectơ - Ở Việt Nam là 2 loại muỗi Aedes Aegypti và Aedes Albopictus. Vi

rút được truyền qua vết đốt của muỗi, chủ yếu là Aedes Aegypti. Đây là loại muỗi ưa thích đốt hút máu người, đốt ban ngày, thường sáng sớm hay chiều tà, muỗi trưởng thành thường ở góc tối trong nhà, thích đẻ trứng ở những vật chứa nước sạch trong khu dân cư. Muỗi Aedes phát triển mạnh vào mùa mưa, khi nhiệt độ trung bình hàng tháng trên 20 độ C.

4. Làm sao để nhận biết bị sốt xuất huyết?

- Sốt đột ngột, sốt cao trên 38,5 độ C, kéo dài 2 – 7 ngày,

- Đau đầu, đau hốc mắt, đau cơ, đau khớp, phát ban, có biểu hiện xuất huyết (dấu hiệu dây thắt dương tính); ban xuất huyết, đốm xuất huyết, chảy máu (chân răng, mũi, đường tiêu hóa, tại nơi tiêm, kinh nguyệt kéo dài...);

- Hội chứng sốc dengue: Bệnh nhân có các triệu chứng của sốt xuất huyết dengue cộng với các dấu hiệu của suy tuần hoàn: mạch nhanh và yếu, huyết áp kẹt (chênh lệch dưới 20 mm Hg) hoặc tụt huyết áp so với tuổi, da lạnh và ẩm, tình trạng tâm tinh thần thay đổi.

5. Các biện pháp phòng chống dịch:

a. Tích cực diệt loăng quăng:

- Hằng tuần tại hộ gia đình thường xuyên súc rửa các dụng cụ chứa nước để loại bỏ loăng quăng: các lọ hoa (bàn thờ, phòng khách); bát chống kiến (ở các chạn đựng thức ăn); các lu, vại, xô chậu đựng nước; chậu cảnh có chứa nước; bể nước chứa dội nhà vệ sinh; các đồ vật có thể chứa nước kéo dài 7 ngày.

- Đối với dụng cụ khó súc rửa, có thể thả cá bảy màu để ăn loăng quăng; hoặc đóng kín để không cho muỗi trưởng thành vào đẻ trứng.

- Thu gom, tiêu hủy, chôn lấp, lật úp các dụng cụ có thể chứa nước.

b. Phòng chống muỗi đốt:

- Phát quang, làm vệ sinh cảnh quang khu vực quanh nhà ở và khu dân cư để muỗi không có nơi trú ngụ.

- Dọn dẹp nhà cửa sạch sẽ, thoáng mát.

- Nằm màn khi ngủ (Lưu ý cả ngày lẫn đêm).

- Mỗi gia đình nên tự tìm kiếm các phương tiện diệt muỗi sẵn có: vợt điện, bình phun trừ muỗi có bán ở thị trường.

- Xua đuổi muỗi: bằng khói hoặc nhang diệt muỗi.

Mọi người, mọi nhà hãy thực hiện:

“Không có loăng quăng, không có muỗi vằn, không có sốt xuất huyết”

BS TÔN THẮT HIỂN

Trung tâm Truyền thông Giáo dục Sức khỏe