Biện pháp phòng bệnh







Ăn uống sạch

Ăn chín, uống chín.



Ở sạch

Thường xuyên lau sạch sàn nhà, các bề mặt, đồ chơi và các vật dụng tiếp xúc hằng ngày.



Bàn tay sạch

Người lớn và trẻ em thường xuyên rửa tay bằng xà phòng và nước sạch, đặc biệt là sau khi đi vệ sinh và trước khi ăn.

Truy cập link hcdc.vn/tcm hoặc quét mã QR để tìm hiểu thêm về bệnh tay chân miệng:

Theo Giấy phép số 1237/QĐ-NXBĐN cấp ngày 01/06/2026 của SỞ VHTTDL TP. ĐỒNG NAI - NHÀ XUẤT BẢN ĐỒNG NAI

UNITED STATES of AMERICA

EpiC Meeting Targets and Maintaining Epidemic Control

SỞ Y TẾ TP. HỒ CHÍ MINH HCDC TT KIỂM SOÁT BỆNH TẬT

SỞ Y TẾ THÀNH PHỐ HỒ CHÍ MINH
TRUNG TÂM KIỂM SOÁT BỆNH TẬT
HCDC

HƯỚNG DẪN PHÒNG VÀ CHĂM SÓC TRẺ BỊ BỆNH TAY CHÂN MIỆNG









Bệnh tay chân miệng là gì?



Là bệnh truyền nhiễm do vi rút gây ra, thường gặp ở trẻ nhỏ đặc biệt là trẻ dưới 5 tuổi.

Đường lây truyền

- Qua đường tiêu hóa, qua tiếp xúc trực tiếp với người bệnh (bắt tay, ôm, hôn), tiếp xúc với đồ chơi, quần áo, đồ dùng sinh hoạt, bề mặt có chứa vi rút.
- Bệnh có khả năng lây lan nhanh, đặc biệt ở môi trường tập thể như nhà trẻ, mẫu giáo, trường học.

Dấu hiệu mắc bệnh tay chân miệng



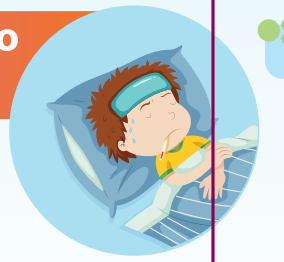
- Sốt, mệt mỏi.
- Phát ban dạng mụn nước (lòng bàn tay, lòng bàn chân, gối, mông).



- Loét miệng, đau họng, biếng ăn, bú kém, chảy nước miếng.



Dấu hiệu cảnh báo bệnh trở nặng



- Sốt trên 39°C hoặc kéo dài trên 48 giờ.
- Nôn ói nhiều.
- Lừ đừ hoặc kích thích.
- Không bú hoặc ăn bú quá ít.
- Giật mình, chới với.
- Thở nhanh, khó thở.
- Da nổi vân tím (nổi bông).
- Hôn mê, co giật.
- Trẻ có dấu hiệu bất thường hoặc cha mẹ lo lắng.

Khi trẻ có dấu hiệu trở nặng, cần đưa trẻ đến cơ sở y tế gần nhất để được khám và điều trị kịp thời.



Chăm sóc trẻ mắc bệnh tay chân miệng





Chăm sóc và nghỉ ngơi

- Cho trẻ nghỉ ngơi, tránh hoạt động gắng sức hoặc bị kích thích.
- Trẻ mắc bệnh không đến lớp ít nhất là 10 ngày kể từ khi khởi phát bệnh và chỉ đến lớp khi hết loét miệng và các mụn nước.
- Sử dụng nhà tiêu hợp vệ sinh, phân và các chất thải của trẻ phải được thu gom và đổ vào nhà vệ sinh.

Đảm bảo dinh dưỡng

- Cho trẻ ăn thức ăn lỏng, dễ tiêu, để nguội mát, chia làm nhiều bữa nhỏ trong ngày.
- Trẻ còn bú cần tiếp tục cho bú mẹ đầy đủ theo nhu cầu.

Làm dịu tổn thương

- Dùng thuốc băng niêm mạc đường tiêu hóa (antacid) để làm dịu loét miệng.
- Vệ sinh răng miệng hàng ngày.
- Không làm vỡ mụn nước; nếu mụn nước vỡ, có thể bôi dung dịch sát khuẩn như Povidone-iodine hoặc xanh methylene.

Theo dõi và tái khám

- Tái khám mỗi 1-2 ngày trong 7-10 ngày đầu của bệnh.
- Trẻ còn sốt cần được tái khám mỗi ngày cho đến khi hết sốt ít nhất 48 giờ.
- Nhập viện khi gia đình lo lắng, nhà ở xa hoặc không đủ điều kiện theo dõi và chăm sóc tại nhà.

