

Dịch Cúm

Bệnh cúm là gì?

Bệnh cúm (flu), còn được gọi là influenza, là một căn bệnh có thể lây nhiễm được qua phổi và hệ thống hô hấp. Thường các vi khuẩn bệnh cúm lan truyền qua những hạt li ti khi ho hoặc nhảy mũi.

Các triệu chứng của Bệnh cúm

- * Sốt
- * Nhức đầu
- * Đau cổ họng
- * Đau nhức cơ thể
- * Ho
- * Sổ mũi
- * Khó chịu bao tử và đường ruột
- * Mệt mỏi cực độ

Dịch Cúm là gì?

Dịch cúm có nghĩa là khi bệnh bộc phát toàn thế giới.

Bệnh cúm theo mùa khác với Dịch cúm như thế nào?

Bệnh cúm theo mùa

- Xảy ra hàng năm thường vào mùa đông
- Ảnh hưởng đến khoảng 10% số lượng dân chúng
- Đối với nhiều người nó là một sự nhiễm bệnh không thú vị lắm nhưng không đe dọa tính mạng
- Chích ngừa cúm hàng năm có sẵn cho những ai dễ bị nhiễm bệnh nặng

Dịch cúm

- Hiếm khi xảy ra (ba lần vào thế kỷ thứ 20)
- Có thể ảnh hưởng đến khoảng 25% dân số
- Nó có thể là sự nhiễm bệnh nghiêm trọng nhiều hơn đối với mọi người
- Thuốc chích ngừa có thể không có sẵn trong các giai đoạn đầu của dịch cúm

Tôi có thể bảo vệ gia đình tôi và bản thân tôi như thế nào?

- Nên hỏi về thuốc chích ngừa cúm
- Rửa tay thường xuyên (trong vòng 20 giây)
- Che miệng lại khi ho và nhảy mũi bằng khăn giấy hoặc tay áo của mình
- Nên ở nhà nếu quý vị bị bệnh
- Nên tránh chạm tay vào mũi, miệng, và mắt của quý vị
- **Luyện tập các thói quen tốt về giữ gìn sức khỏe!** Ăn uống khoẻ mạnh, nghỉ ngơi nhiều, và tập thể dục đều đặn

Muốn biết thêm chi tiết:

Xin vào mạng tin tức của Sở Y Tế: tpchd.org
hoặc gọi số (253) 798-6500 (Vietnamese)

Tacoma | Pierce County
Health Department
Healthier. Safer. Smarter.