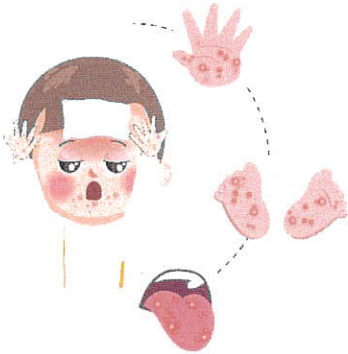


HÃY THỰC HIỆN 3 SẠCH



ĐỂ PHÒNG BỆNH TAY CHÂN MIỆNG

1

BÀN TAY SẠCH với cả người lớn và trẻ em

- Thường xuyên rửa tay bằng xà phòng và nước sạch
 - ✓ Trước khi chế biến thức ăn, trước khi ăn/cho trẻ ăn, trước khi bế ẵm trẻ
 - ✓ Sau khi đi vệ sinh, sau khi thay tã và làm vệ sinh cho trẻ



2

ĂN UỐNG SẠCH

- Ăn chín, uống chín
- Đảm bảo vệ sinh an toàn thực phẩm



3

Ở SẠCH

- Thường xuyên lau sạch các bề mặt, vật dụng tiếp xúc hằng ngày như:
 - ✓ Đồ chơi, dụng cụ học tập
 - ✓ Tay nắm cửa, tay vịn cầu thang
 - ✓ Mặt bàn/ghế, sàn nhà





07 biện pháp để

DIỆT LĂNG QUẲNG



1

Dành 10-15 phút mỗi tuần **ĐỂ DỌN DẸP** NƠI MÌNH LÀM VIỆC, SINH SỐNG



2

LẬT ÚP CÁC XÔ, LỌ, CHAI CŨ không dùng đến



3

THAY NƯỚC LỌ HOA, CHÉN NƯỚC CÚNG ít nhất 01 lần/tuần



4

DỌN DẸP MÁI HIÊN, NÓC NHÀ, MÁNG XỐI tránh bị tắc gây đọng nước



5

ĐẬY KÍN LU, HỒ, PHUY CHỨA NƯỚC khi không dùng đến



6

Đối với những nơi chứa nước không dùng để uống, sinh hoạt có thể **THẢ CÁ ĐỂ DIỆT LĂNG QUẲNG.**



7

BỎ MUỐI VÀO CÁC KHU VỰC ĐỌNG NƯỚC mà không thể dọn dẹp được như nước trong bình hoa để cúng tại các nghĩa trang, chén kê chân chạn...



Bệnh cúm mùa

Tác nhân gây bệnh, biểu hiện và cách phòng chống

Không khí ô nhiễm và thời tiết thường thay đổi đột ngột là thời điểm cho các loại virus, vi khuẩn gây bệnh cho người, đặc biệt là bệnh cúm mùa.

BỆNH TRUYỀN NHIỄM CẤP TÍNH

Tác nhân gây bệnh chủ yếu:
virus cúm A(H3N2),
virus cúm A(H1N1),
cúm B, cúm C

Biểu hiện: sốt, đau đầu,
đau cơ, mệt mỏi, sổ mũi,
đau họng, ho

Khả năng lây nhiễm rất cao

Qua đường hô hấp, qua các giọt nhỏ nước bọt
hay dịch tiết mũi họng do hắt hơi, ho khạc

CÁCH PHÒNG BỆNH



Bảo đảm vệ sinh cá nhân,
che miệng khi hắt hơi



Thường xuyên rửa tay
với xà phòng và nước sạch



Vệ sinh mũi, họng hằng ngày
bằng nước muối



Giữ ấm cơ thể,
ăn uống đủ chất



Khi có triệu chứng ho, sốt,
sổ mũi... cần đến ngay
cơ sở y tế



Hạn chế tiếp xúc với
người bệnh/người nghi ngờ
mắc bệnh



Tiêm phòng vắc xin
cúm mùa