

Quài Cang, ngày 03 tháng 11 năm 2025

BÀI TUYÊN TRUYỀN Về phòng chống bệnh lỵ năm học 2025-2026

Sức khỏe là vốn quý nhất của mỗi con người, đặc biệt đối với chúng ta - những học sinh đang ở độ tuổi học tập và phát triển. Tuy nhiên, trong môi trường học đường, nếu chúng ta chưa có ý thức giữ gìn vệ sinh cá nhân và vệ sinh ăn uống đúng cách thì rất dễ mắc các bệnh truyền nhiễm, trong đó bệnh lỵ là một trong những căn bệnh phổ biến và nguy hiểm. Thông tin từ Sở Y tế Điện Biên cho biết, trong tháng 10 vừa qua tại tỉnh Điện Biên đã ghi nhận chùm ca bệnh với tổng số 102 trường hợp có hội chứng bệnh lỵ, 01 người tử vong tại xã Nậm Kè.

1. Bệnh lỵ là gì?

Bệnh lỵ là một bệnh **nhiễm trùng đường ruột cấp tính**, do **vi khuẩn Shigella** hoặc **amip (Entamoeba histolytica)** gây ra. Bệnh có thể **lây lan nhanh** trong cộng đồng, đặc biệt ở nơi đông người như trường học, khu dân cư, nơi vệ sinh chưa đảm bảo.

2. Nguyên nhân gây bệnh

Bệnh lỵ chủ yếu lây qua **đường ăn uống**, tức là **qua miệng**. Một số nguyên nhân cụ thể là:

Ăn phải thức ăn, nước uống bị nhiễm khuẩn hoặc nhiễm amip.

Tay bẩn khi ăn uống, nhất là sau khi đi vệ sinh mà không rửa sạch bằng xà phòng.

Ruồi, nhặng mang mầm bệnh từ phân người bệnh đậu vào thức ăn.

Sử dụng nguồn nước ô nhiễm, nước chưa được đun sôi.

Không **giữ gìn vệ sinh môi trường**, để rác thải, phân, nước bẩn tồn đọng xung quanh nhà hoặc lớp học.

3. Biểu hiện của bệnh lỵ

Khi bị lỵ, người bệnh thường có các dấu hiệu sau:

Đi ngoài nhiều lần trong ngày, phân lỏng, có thể lẫn nhầy hoặc máu.

Đau quặn bụng, mót rặn, cảm giác muốn đi ngoài liên tục.

Có thể sốt nhẹ, mệt mỏi, chán ăn.

Nếu không điều trị kịp thời, bệnh có thể gây **mất nước, suy kiệt, thậm chí đe dọa tính mạng**, nhất là ở trẻ em.

Khi thấy các dấu hiệu trên, chúng ta **phải báo ngay cho người lớn, thầy cô hoặc nhân viên y tế** để được hướng dẫn khám và điều trị đúng cách, không nên tự ý mua thuốc.

4. Biện pháp phòng chống bệnh lị

Để chủ động phòng tránh bệnh lị, mỗi chúng ta cần thực hiện tốt những việc làm rất đơn giản nhưng vô cùng hiệu quả sau đây:

1. Giữ vệ sinh cá nhân:

Rửa tay bằng xà phòng và nước sạch trước khi ăn, sau khi đi vệ sinh, sau khi chơi đùa.

Cắt móng tay thường xuyên, không mút tay hay ngoáy mũi.

Sử dụng **khăn mặt, ly, chén riêng**, không dùng chung đồ cá nhân.

2. Giữ vệ sinh ăn uống:

Ăn chín, uống sôi, tuyệt đối không ăn đồ sống như gỏi, rau chưa rửa sạch.

Không ăn hàng quán ven đường mất vệ sinh.

Che đậy kỹ thức ăn để **tránh ruồi nhặng**.

Uống nước sạch, **nước đã được đun sôi** hoặc nước lọc đảm bảo vệ sinh.

3. Giữ vệ sinh môi trường:

Dọn vệ sinh lớp học, nhà ở, nhà vệ sinh sạch sẽ.

Đổ rác đúng nơi quy định, không vứt rác bừa bãi.

Không phóng uế bừa bãi, sử dụng **nhà tiêu hợp vệ sinh**.

Tham gia **các buổi lao động vệ sinh** trường lớp, góp phần xây dựng môi trường học đường xanh – sạch – đẹp.

4. Khi có người mắc bệnh:

Báo ngay cho **trạm y tế, thầy cô hoặc phụ huynh** để kịp thời chữa trị.

Cách ly người bệnh, không dùng chung đồ ăn, ly, chén, khăn.

Rửa tay sạch sau khi tiếp xúc, tránh để bệnh lây lan trong lớp hoặc gia đình.

5. Thông điệp tuyên truyền

Các bạn học sinh thân mến!

Bệnh lị hoàn toàn có thể **phòng tránh được** nếu chúng ta có ý thức tự bảo vệ sức khỏe. Hãy ghi nhớ những điều đơn giản sau đây:

- Ăn chín - uống sôi
- Rửa tay bằng xà phòng trước khi ăn và sau khi đi vệ sinh
- Giữ vệ sinh môi trường sạch sẽ
- Báo cho người lớn khi có biểu hiện bất thường

Hãy cùng nhau thực hiện tốt **vệ sinh cá nhân, vệ sinh ăn uống và vệ sinh môi trường** để đẩy lùi bệnh tật ra khỏi trường học, góp phần xây dựng môi trường học tập **an toàn, lành mạnh và thân thiện**.

NGƯỜI VIẾT

HIỆU TRƯỞNG



Đỗ Thị Xuyên

Nguyễn Phú Tân