

# HỎI & ĐÁP: Noroviruses (“Vi Rút Viêm Dạ Dày”)

## 1 NOROVIRUSES LÀ GÌ?

Noroviruses là một nhóm các vi rút gây ra chứng viêm dạ dày ruột cấp tính, một căn bệnh mà một số người gọi là “cúm dạ dày.” Chúng *không* có liên quan tới bệnh cúm (influenza). Một tên gọi khác của noroviruses là viêm dạ dày ruột (gastroenteritis).

## 2 CÁC TRIỆU CHỨNG LÀ GÌ?

Ói mửa và tiêu chảy là thông thường nhất. Các triệu chứng khác có thể bao gồm buồn nôn, đau quặn bụng, sốt, ớn lạnh, đau nhức, và mệt mỏi.

## 3 CÁC TRIỆU CHỨNG BAO LÂU SAU MỚI XUẤT HIỆN?

Các triệu chứng bắt đầu từ 1 tới 2 ngày sau khi nhiễm vi rút.

## 4 NOROVIRUSES LAN TRUYỀN NHƯ THẾ NÀO?

Noroviruses lan truyền qua việc gần gũi tiếp xúc với những người bị nhiễm bệnh. Thí dụ, noroviruses lan truyền qua việc thay tã, chia sẻ đồ dùng ăn uống, ăn thực phẩm hoặc uống chất lỏng bị nhiễm vi rút, hoặc đụng chạm vào các bề mặt hoặc đồ vật nhiễm vi rút và sau đó cho tay vào hoặc đặt gần miệng của quý vị.

Vi rút viêm dạ dày cũng lan truyền nhanh chóng trong các môi trường đông người như các nhà điều dưỡng, trường học, các vườn trẻ, và các ký túc xá.

## 5 PHẢI MẤT BAO LÂU MỘT NGƯỜI BỊ NHIỄM BỆNH MỚI CÓ THỂ LÂY LAN VI RÚT?

Người ta có thể lan truyền vi rút viêm dạ dày từ lúc họ cảm thấy mệt cho tới ít nhất 3 ngày sau khi họ cảm thấy khỏe hơn.

## 6 NOROVIRUSES ĐƯỢC CHẨN ĐOÁN NHƯ THẾ NÀO?

Một nhân viên y tế thường chẩn đoán dựa vào các triệu chứng.

## 7 ĐIỀU TRỊ NOROVIRUSES NHƯ THẾ NÀO?

Không có các điều trị cụ thể cho noroviruses. Thuốc kháng sinh *không* có tác dụng. Bác sĩ có thể cho quý vị thuốc để ngăn ói mửa và tiêu chảy, nhưng đa số người bệnh tự khỏi bệnh trong vòng từ 1-2 ngày.

Nếu quý vị bị tiêu chảy hoặc đang ói mửa, hãy uống thật nhiều chất lỏng để tránh bị mất nước (mất quá nhiều chất lỏng). Nếu quý vị nghĩ là mình bị mất nước (miệng khô, da khô, mắt khô), hãy đi đến bác sĩ hoặc bệnh viện ngay.

## 8 NGƯỜI BỆNH CÓ PHẢI Ở NHÀ HAY KHÔNG?

Có. Những người bị bệnh nên ở nhà cho tới khi hoàn toàn hồi phục, đặc biệt là những người làm đồ ăn và các nhân viên làm việc trong trường học, các vườn trẻ, và các môi trường chăm sóc sức khỏe.

## 9 TÔI CÓ THỂ TRÁNH NOROVIRUSES NHƯ THẾ NÀO?

- Rửa tay bằng xà bông và nước thường xuyên, đặc biệt sau khi dùng nhà vệ sinh hoặc thay tã và trước khi làm đồ ăn hoặc ăn uống.
- Nhắc nhở trẻ em rửa tay sau khi dùng nhà vệ sinh và trước khi ăn. Điều này đặc biệt quan trọng trong thời gian các em bị bệnh.
- Dọn sạch ngay chỗ ói mửa và phân và bất cứ thứ gì mà các em chạm vào:
  - Khử trùng các bề mặt bằng thuốc lau rửa diệt trùng (như thuốc tẩy).
  - Giặt quần áo trong nước nóng có xà bông.
  - Vứt bỏ các giẻ chùi vào các túi ny lông gắn kín.
  - Luôn luôn rửa tay sau khi lau rửa.