



# Cúm (Bệnh cúm)

**Thông tin cho cha mẹ và người chăm sóc của trẻ và thanh thiếu niên có nhu cầu chăm sóc sức khỏe đặc biệt**

**Cúm (Bệnh cúm)** là một căn bệnh rất dễ lây và có thể nghiêm trọng, đặc biệt là đối với các nhóm có rủi ro cao như trẻ em có nhu cầu chăm sóc sức khỏe đặc biệt. Cúm làm nhiễm trùng mũi, họng và phổi và khác với cảm lạnh. Bệnh thường xuất hiện đột ngột và có thể gây sốt, ớn lạnh, ho, đau họng, chảy nước mũi hoặc nghẹt mũi, đau cơ và mệt mỏi.

## Các tình trạng sức khỏe mãn tính có thể bao gồm:

- Rối loạn não và tủy sống
- Liệt não
- Động kinh (rối loạn co giật)
- Đột quỵ
- Khuyết tật trí năng
- Chậm phát triển từ trung bình đến nặng
- Loạn dưỡng cơ
- Tổn thương tủy sống
- Rối loạn nội tiết, như tiểu đường
- Rối loạn thận
- Rối loạn trao đổi chất
- Rối loạn gen như Hội chứng Down
- Rối loạn miễn dịch
- Các loại ung thư như ung thư máu
- Bệnh phổi mãn tính như xơ nang

## Con của tôi có gặp rủi ro không? Cúm có thể rất nguy hiểm đối với trẻ em, nhất là trẻ mắc các bệnh thần kinh và những vấn đề sức khỏe mãn tính khác.

Trẻ có khả năng ốm nặng hơn nhiều khi mắc bệnh cúm. Trẻ em và thanh thiếu niên có nhu cầu chăm sóc sức khỏe đặc biệt có nguy cơ mắc bệnh cúm nặng cao hơn và những biến chứng như viêm phổi, bệnh bạch hầu thanh quản, viêm tiêu phế quản, viêm phế quản, nhiễm trùng xoang và tai, và thậm chí tử vong.

Ngay cả những đứa trẻ khỏe mạnh cũng cần tiêm vắc-xin cúm mỗi năm. Một điều quan trọng đó là trẻ em cũng như những người trong gia đình của trẻ phải được chủng ngừa để phòng bệnh. Mỗi năm, có khoảng 20,000 trẻ em dưới năm tuổi phải nhập viện vì những biến chứng do cúm.

**Tôi có thể làm gì? Tiêm một mũi vắc-xin cúm hàng năm là cách tốt nhất để bảo vệ khỏi cúm và các biến chứng.** Người chăm sóc và thành viên gia đình cũng nên tiêm vắc-xin cúm. Khi được chủng ngừa, bạn sẽ ít có khả năng mắc cúm hơn và cũng ít có khả năng lây cúm sang cho trẻ hơn. Chủng ngừa xin cúm hàng năm được khuyến cáo cho mọi trẻ từ sáu tháng tuổi trở lên.

**Vắc-xin cúm an toàn và hiệu quả như thế nào?** Vắc-xin cúm có tiền sử an toàn vượt trội. Vắc-xin được thử nghiệm và theo dõi chặt chẽ mỗi năm. Như mọi loại thuốc, vắc-xin có thể có tác dụng phụ, thường là những tác dụng nhẹ, bao gồm khả năng phản ứng tại vết tiêm. Nếu bạn hoặc con của bạn được tiêm vắc-xin và vẫn mắc bệnh cúm, bạn sẽ có thể mắc bệnh ở thể nhẹ hơn hoặc ngắn hơn.

## Tôi nên biết điều gì về vắc-xin cúm cho con của mình?

Một số trẻ dưới chín tuổi có thể cần hai liều vắc-xin cúm trong cùng mùa. Hãy trao đổi với bác sĩ của bạn về liệu trình đúng cho con của bạn.

## Làm sao để gia đình tôi có thể phòng ngừa và điều trị cúm?

Mọi người ở bất kỳ độ tuổi nào có nguy cơ cao gặp biến chứng từ bệnh cúm phải thông báo cho bác sĩ của mình hoặc được chăm sóc y tế tức thời nếu có triệu chứng cúm. Các loại thuốc kháng vi rút có thể có tác dụng, nhưng phải có chỉ định của bác sĩ và sử dụng sớm nhất có thể.



### Tôi có thể tìm vắc xin cúm ở đâu?

- Gọi cho bác sĩ của bạn.
- Đến hiệu thuốc ở địa phương.
- Xem trình [Tìm kiếm Vắc xin cúm](#) trực tuyến.
- Liên hệ các phòng y tế địa phương.
- Gọi đến **Đường dây nóng sức khỏe gia đình:**  
1-800-322-2588.

### Các lời khuyên khác để bảo vệ gia đình bạn khỏi bệnh cúm:

- Sức khỏe:** Đảm bảo rằng điều kiện sức khỏe mãn tính của con bạn nằm trong khả năng kiểm soát y tế tốt nhất.
- Khoảng cách:** Bạn và con bạn nên tránh tiếp xúc gần với những người ốm.
- Có phương pháp bảo vệ sức khỏe tốt:** Che miệng lại khi ho, rửa tay và ở trong nhà khi bị ốm.

**Cần thông báo cho ai khi con tôi được chủng ngừa cúm?** Hãy thông báo cho bác sĩ chăm sóc chính của con bạn về tất cả các loại vắc xin. Tiêm chủng là một phần rất quan trọng trong hồ sơ y tế của con bạn.

### Nguồn thông tin thêm:

- **Bản tin về bệnh cúm**  
(Department of Health – Sở Y tế):  
[www.KnockOutFlu.org](http://www.KnockOutFlu.org)
- **Trẻ em, Bệnh cúm, và Vắc-xin ngừa cúm**  
(Centers for Disease Control and Prevention – Trung tâm Kiểm soát và Phòng ngừa Dịch Bệnh):  
[www.cdc.gov/flu/protect/children.htm](http://www.cdc.gov/flu/protect/children.htm)
- **Bệnh cúm và Trẻ em mắc các Bệnh về Thần kinh**  
(Centers for Disease Control and Prevention):  
[www.cdc.gov/flu/protect/neurologic-pediatric.htm](http://www.cdc.gov/flu/protect/neurologic-pediatric.htm)
- **Trẻ em và thuốc ngừa Vi rút**  
(Centers for Disease Control and Prevention):  
[www.cdc.gov/flu/children/antiviral.htm](http://www.cdc.gov/flu/children/antiviral.htm)
- **Người có nguy cơ cao mắc biến chứng liên quan đến bệnh cúm**  
(Centers for Disease Control and Prevention):  
[www.cdc.gov/flu/about/disease/high\\_risk.htm](http://www.cdc.gov/flu/about/disease/high_risk.htm)
- **Bệnh cúm: Chỉ dẫn cho cha mẹ**  
(Centers for Disease Control and Prevention):  
[https://www.cdc.gov/flu/pdf/freeresources/updated/fluguideforparents\\_trifold.pdf](https://www.cdc.gov/flu/pdf/freeresources/updated/fluguideforparents_trifold.pdf)
- **Hiệu quả của Vắc xin cúm – Vắc xin cúm hoạt động tốt như thế nào?**  
(Centers for Disease Control and Prevention):  
[www.cdc.gov/flu/about/qa/vaccineeffect.htm](http://www.cdc.gov/flu/about/qa/vaccineeffect.htm)
- **Thimerosal và Vắc-xin cúm theo mùa**  
(Centers for Disease Control and Prevention):  
[www.cdc.gov/flu/protect/vaccine/thimerosal.htm](http://www.cdc.gov/flu/protect/vaccine/thimerosal.htm)
- **Chủng ngừa: Ai nên tiêm, Ai không nên và Ai cần phòng ngừa** (Centers for Disease Control and Prevention):  
[www.cdc.gov/flu/protect/whoshouldvax.htm#nasal-spray](http://www.cdc.gov/flu/protect/whoshouldvax.htm#nasal-spray)



DOH 970-137 October 2018 Vietnamese

Người khuyết tật có thể yêu cầu xem tài liệu này ở các định dạng khác. Để gửi yêu cầu, hãy gọi đến số 1-800-525-0127 (TDD/TTY 711).