

ไขหวัดใหญ่นวนิยาย A การติดเชื้อ - ไขหวัดใหญ่เอเวีย (Thai Version)

Nhiễm cúm A mới - Cúm gia cầm

(Vietnamese Version)

新型甲型流行性感冒 - 禽流感

Novel Influenza A Infection - Avian Influenza



衛生防護中心
Centre for Health Protection



衛生署
Department of Health

ไขหวัดใหญ่นวนิยาย A การติดเชื้อ - ไขหวัดใหญ่เอเวีย

เชื้อโรค

ไวรัสไขหวัดใหญ่มีหลายประเภท นอกเหนือจากไวรัสที่สามารถแพร่กระจายในมนุษย์และก่อให้เกิดโรคไขหวัดใหญ่ตามฤดูกาลแล้วยังพบไวรัสไขหวัดใหญ่ A อื่นๆ อีกมากมายในนกและสัตว์ชนิดอื่นๆ ไวรัสเหล่านี้แตกต่างจากไวรัสไขหวัดใหญ่ตามฤดูกาลของมนุษย์และไม่สามารถแพร่กระจายไปยังมนุษย์ได้ง่าย อย่างไรก็ตาม ไวรัสบางส่วนจากสัตว์เหล่านี้อาจทำให้มนุษย์ติดเชื้อได้ในบางครั้ง สิ่งเหล่านี้เรียกว่าไวรัสไขหวัดใหญ่ชนิดใหม่ A และไวรัสไขหวัดนกเป็นตัวอย่างหนึ่ง

ไขหวัดนกเกิดจากเชื้อไวรัสไขหวัดใหญ่ชนิด A ที่ส่วนใหญ่ส่งผลกระทบต่อคนและสัตว์ปีก เช่น ไก่หรือเป็ด ไวรัสไขหวัดนกบางชนิดสามารถติดเชื้อและแพร่กระจายไปยังสัตว์อื่น ๆ เช่น สัตว์เลี้ยงลูกด้วยนมได้เช่นกัน กรณีของมนุษย์ที่ติดเชื้อไวรัสไขหวัดนก A (เช่น H3N8, H5N1, H5N6, H7N9, H9N2, H10N3 และ H10N5) ได้รับการระบุในช่วงไม่กี่ปีที่ผ่านมา

เนื่องจากพวกมันไม่ติดเชื้อในมนุษย์ จึงมีการป้องกันภูมิคุ้มกันเพียงเล็กน้อยหรือไม่มีเลยในประชากรมนุษย์ อย่างไรก็ตาม หากไวรัสไขหวัดนกได้รับความสามารถในการแพร่กระจายได้อย่างง่ายดายจากคนสู่คน ไม่ว่าจะผ่านการปรับตัวหรือการได้รับยีนบางอย่างจากไวรัสมนุษย์ การระบาดของไขหวัดใหญ่สามารถเกิดขึ้นได้

ลักษณะทางคลินิก

การเจ็บป่วยในมนุษย์จากการติดเชื้อไวรัสไขหวัดนกมีความรุนแรงตั้งแต่ไม่มีอาการหรืออาการไม่รุนแรงคล้ายไขหวัดใหญ่ (เช่น ไข้ ไอ เจ็บคอ บวมเมื่อยกล้ามเนื้อ) ไปจนถึงโรคทางเดินหายใจที่รุนแรง (เช่น การติดเชื้อที่หน้าอก) ซึ่งส่งผลให้เกิดความล้มเหลวของหลายอวัยวะและแม้แต่การเสียชีวิต การติดเชื้อที่ตา (เยื่อตาอักเสบ) อาการทางเดินอาหาร (เช่น คลื่นไส้ อาเจียน และท้องร่วง) และอาการทางระบบประสาท (เช่น อาการชัก) ยังได้รับการรายงานอีกด้วย ความรุนแรงของโรคจะขึ้นอยู่กับชนิดย่อยของไวรัสไขหวัดนกที่ทำให้เกิดการติดเชื้อและคุณลักษณะของผู้ติดเชื้อ ไวรัสไขหวัดนก A (H5N1), A (H5N6) และ A (H7N9) เป็นสาเหตุของการติดเชื้อของมนุษย์ส่วนใหญ่จากไวรัสไขหวัดนก A ทั่วโลกจนถึงปัจจุบัน รวมถึงการเจ็บป่วยที่ร้ายแรงที่สุดที่มีอัตราการเสียชีวิตสูง ในทางตรงกันข้าม การติดเชื้อของมนุษย์ที่มีไวรัสไขหวัดนก A (H9N2) โดยทั่วไปส่งผลให้เกิดโรคทางคลินิกที่ไม่รุนแรงมากนัก

โหมดการส่ง

นกที่ติดเชื้อจะหลั่งไวรัสไขหวัดนกผ่านทางน้ำลาย เมือก และอุจจาระ สัตว์อื่นๆ ที่ติดเชื้อไวรัสไขหวัดนกอาจมีไวรัสอยู่ในสารคัดหลั่งในระบบทางเดินหายใจ อวัยวะที่แตกต่างกัน เลือด หรือในช่องเหลวในร่างกายอื่นๆ รวมถึงน้ำนมจากสัตว์ ผู้คนส่วนใหญ่ติดเชื้อไวรัสไขหวัดนกผ่านการสัมผัสกับนก สัตว์ปีก หรือสัตว์อื่นๆ ที่ติดเชื้อ (มีชีวิตหรือตายแล้ว) หรือพื้นผิวที่ปนเปื้อนน้ำลาย เมือก และอุจจาระของสัตว์ หรือสภาพแวดล้อม (เช่น ตลาดสดและตลาดสัตว์ปีกมีชีวิต) การแพร่เชื้อจากคนสู่คนเป็นกระบวนการที่ไม่มีประสิทธิภาพ มีรายงานการระบาดของโรคไขหวัดนกในสัตว์ปีกในบางประเทศเป็นครั้งคราว และมีรายงานการติดเชื้อในมนุษย์บางกรณีเป็นครั้งคราว

ในโอกาสที่หายาก ผู้คนสามารถติดเชื้อจากการสัมผัสกับสัตว์ที่ติดเชื้อนอกเหนือจากนกและสัตว์ปีก ตัวอย่างเช่น สหรัฐอเมริการายงานในเดือนเมษายน 2024 กรณีการติดเชื้อไวรัสไขหวัดนก A(H5N1) ในคนหลังจากสัมผัสกับโคนมที่คาดว่าติดเชื้อไวรัสไขหวัดนก

ระยะฟักตัว

ระยะฟักตัวมีตั้งแต่ 1 ถึง 10 วัน ขึ้นอยู่กับชนิดย่อยที่เฉพาะเจาะจงของไวรัสไขหวัดนก A

กลุ่มเสี่ยงสูง

ผู้ที่สัมผัสใกล้ชิดกับสัตว์ปีกที่มีชีวิตมีความเสี่ยงสูงต่อการติดเชื้อไขหวัดนก ผู้สูงอายุ เด็ก และผู้ที่มีโรคเรื้อรังมีความเสี่ยงสูงที่จะเกิดภาวะแทรกซ้อน เช่น หลอดลมอักเสบและการติดเชื้อที่หน้าอก

การจัดการ

ผู้ป่วยควรพักผ่อนให้เพียงพอและดื่มน้ำมากๆ การรักษาแบบประคับประคองสามารถบรรเทาอาการได้ ผู้ที่มีอาการ คล้ายไข้หวัดใหญ่ควรปรึกษาแพทย์ โดยเฉพาะอย่างยิ่งผู้ที่มีภูมิคุ้มกันอ่อนแอ หรือหากอาการทรุดลง (เช่น มีไข้สูงอย่างต่อเนื่องหรือหายใจถี่) ไข้หวัดนก A (รวมถึงไวรัส H5N1, H5N6 และ H7N9) โดยทั่วไปจะมีความรุนแรงมากกว่าไข้หวัดทั่วไปและผู้ป่วยส่วนใหญ่ต้องได้รับการดูแลจากโรงพยาบาล ยาต้านไวรัสบางชนิดอาจมีประสิทธิผลในการบำบัดสภาวะนี้

การป้องกัน

นก สัตว์ปีก หรือสัตว์อื่นๆ (มีชีวิตหรือตายแล้ว) ที่ติดเชื้อ หรือสิ่งปฏิกูลของพวกมันอาจมีเชื้อไวรัสไข้หวัดนก ดังนั้นประชาชนควรหลีกเลี่ยงการสัมผัสสารคัดหลั่งและสิ่งปฏิกูล และให้ความสนใจกับประเด็นต่อไปนี้เป็นเพื่อป้องกันโรคไข้หวัดนก:

1. จัดการสัตว์ปีก

- เมื่อซื้อไก่ที่มีชีวิต อย่าแตะต้องพวกมันและมูลของพวกมัน อย่าเป่าที่ก้นของพวกเขา ล้างไข่ด้วยผงซักฟอก หากเปื้อนอุจจาระและปรุงและบริโภคนกที่ ผู้ที่จัดการกับสัตว์ปีกแช่เย็นหรือซากสัตว์ปีกจะได้รับการเตือนให้ปฏิบัติตามสุขอนามัยส่วนบุคคลและสุขอนามัยมืออย่างเคร่งครัด ไม่ควรสัมผัสปาก จมูก หรือดวงตาเมื่อจัดการกับสัตว์ปีก ผลิตภัณฑ์จากสัตว์ปีก หรือไข่ หลังจากนั้นพวกเขาจะต้องล้างมือให้สะอาดด้วยสบู่เหลวและน้ำ และฉีดและเช็ดที่ไข่แล้วจะต้องได้รับการทำความสะอาดอย่างทั่วถึงก่อนที่จะสามารถใช้งานได้อีกครั้ง
- ไข่ควรสุกอย่างทั่วถึงจนกว่าไข่ขาวและไข่แดงจะสุกและแข็งตัว ยกเว้นไข่ดิบหรือจุ่มอาหารที่ปรุงสุกแล้วลงในซอสที่มีไข่ดิบ สัตว์ปีกควรปรุงให้สุกทั่วถึง หากมีน้ำสีชมพูไหลออกมาจากสัตว์ปีกที่ปรุงสุกหรือส่วนตรงกลางของกระดูกยังคงมีสีแดงอยู่ ควรปรุงสัตว์ปีกอีกครั้งจนกว่าจะสุกเต็มที่

2. การรักษาสุขอนามัยส่วนบุคคลที่ดี

- ปฏิบัติตามสุขอนามัยของมือบ่อย ๆ โดยเฉพาะอย่างยิ่งก่อนที่จะสัมผัสปาก จมูก หรือตา; หลังจากสัมผัสกับสัตว์หรือสภาพแวดล้อมของพวกมันหรือสัมผัสสิ่งติดตั้งสาธารณะ เช่น ราวจับหรือลูกบิดประตู; หรือเมื่อมือเปื้อนเนื่องจากการล้างของระบบทางเดินหายใจหลังจากไอหรือจาม ล้างมือด้วยสบู่เหลวและน้ำ และถูอย่างน้อย 20 วินาที จากนั้นล้างออกด้วยน้ำและเช็ดให้แห้งด้วยกระดาษเช็ดมือแบบใช้แล้วทิ้งหรือเครื่องเป่ามือ หากไม่มีสิ่งอำนวยความสะดวกในการล้างมือ หรือเมื่อมือไม่เปื้อนอย่างเห็นได้ชัด การทำความสะอาดมือด้วยน้ำยาแอลกอฮอล์ที่มีความเข้มข้น 70 ถึง 80% เป็นทางเลือกที่มีประสิทธิภาพ
- ปิดปากและจมูกด้วยกระดาษทิชชูเมื่อไอหรือจาม กำจัดเนื้อเยื่อสกปรกลงในถังขยะที่มีฝาปิดแล้วล้างมือให้สะอาด.
- เมื่อมีอาการทางเดินหายใจ ให้สวมหน้ากากผ่าตัด งคกรทำงานหรือเข้าชั้นเรียนที่โรงเรียน หลีกเลี่ยงการไปสถานที่แออัด และปรึกษาแพทย์ทันที
- สร้างภูมิคุ้มกันที่ดีของร่างกายโดยการรับประทานอาหารที่สมดุล ออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอและพักผ่อนอย่างเพียงพอ ไม่สูบบุหรี่และหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

3. การรักษาสุขอนามัยสิ่งแวดล้อมที่ดี

- ทำความสะอาดและฆ่าเชื้อพื้นผิวที่สัมผัสบ่อยเป็นประจำ เช่น เฟอร์นิเจอร์, ของเล่น, และของใช้ที่ใช้ร่วมกัน โดยทั่วไปด้วยน้ำยาฟอกขาวที่เจือจาง 1:99 (ผสมน้ำยาฟอกขาว 5.25% 1 ส่วนกับน้ำ 99 ส่วน), ทิ้งไว้ 15 – 30 นาทีแล้วล้างออกด้วยน้ำและทำให้แห้ง สำหรับพื้นผิวโลหะ ให้ฆ่าเชื้อด้วยแอลกอฮอล์ 70%

- ใช้ผ้าขนหนูแบบใช้แล้วทิ้งที่ดูดซับได้เพื่อเช็ดสิ่งปนเปื้อนที่เห็นได้ชัด เช่น สารคัดหลั่ง ในระบบทางเดินหายใจ จากนั้นฆ่าเชื้อบนพื้นผิวและบริเวณใกล้เคียงด้วยสารฟอกขาวที่เจือจาง 1:49 (ผสมสารฟอกขาว 5.25% 1 ส่วนกับน้ำ 49 ส่วน) ทิ้งไว้ 15 – 30 นาที แล้วล้างออกด้วยน้ำและทำให้แห้ง สำหรับพื้นผิวโลหะให้ฆ่าเชื้อด้วยแอลกอฮอล์ 70%
- รักษาการระบายอากาศภายในอาคารให้ดี หลีกเลี่ยงการไปในที่สาธารณะที่มีผู้คนพลุกพล่านหรือมีอากาศถ่ายเทไม่สะดวก บุคคลที่มีความเสี่ยงสูงอาจพิจารณาสวมหน้ากากผ่าตัดในขณะที่อยู่ในสถานที่ดังกล่าว
- ควรป้องกันไม่ให้ กัดักกยู แห้งและควรฆ่าเชื้อช่องระบายน้ำออกเป็นประจำประมาณสัปดาห์ละครั้ง
- ซ่อมแซมทันทีหากมีข้อบกพร่องใน U-trap หรือมีกลิ่นเหม็นที่ออกมาจากท่อระบายน้ำ สามารถจ้างช่างเทคนิคที่ผ่านการรับรองเพื่อตรวจสอบและซ่อมแซม

4. การฉีดวัคซีน

- ไม่มีวัคซีนที่ลงทะเบียนสำหรับใช้ในมนุษย์สำหรับใช้หวัดนกในฮ่องกง
- วัคซีนใช้หวัดใหญ่ตามฤดูกาล ไม่ได้ป้องกันโรคใช้หวัดนก แต่สามารถขจัดโอกาสเกิดภาวะแทรกซ้อนและการเข้ารับการรักษาในโรงพยาบาลจากใช้หวัดใหญ่ตามฤดูกาล รวมทั้งลดความเสี่ยงของการติดเชื้อร่วมกับใช้หวัดใหญ่ในมนุษย์และนก A ไวรรัส
 วัคซีนใช้หวัดใหญ่มีความปลอดภัยและมีประสิทธิภาพ และการติดเชื้อใช้หวัดใหญ่ที่รุนแรงสามารถเกิดขึ้นได้แม้ในบุคคลที่มีสุขภาพดี การฉีดวัคซีนใช้หวัดใหญ่ตามฤดูกาลเหมาะสำหรับการป้องกันส่วนบุคคลต่อโรคใช้หวัดใหญ่สำหรับทุกคนที่มีอายุ 6 เดือนขึ้นไป ยกเว้นผู้ที่มีข้อห้ามที่เป็นที่รู้จัก คณะกรรมการวิทยาศาสตร์ว่าด้วยโรคป้องกันวัคซีนแนะนำจำนวนหนึ่งกลุ่มลำดับความสำคัญสำหรับการฉีดวัคซีนใช้หวัดใหญ่ตามฤดูกาล โดยพิจารณาจากข้อพิจารณาทางวิทยาศาสตร์ที่หลากหลาย โดยคำนึงถึงภาวะโรคในท้องถิ่นและประสบการณ์ระหว่างประเทศ

5. ยาดานไวรัส

- ไม่ว่าแพทย์จะสั่งยาดานไวรัส (เช่น ทามิฟลู) ให้กับผู้ป่วยหรือไม่ จะขึ้นอยู่กับสถานการณ์และความต้องการด้านสุขภาพของผู้ป่วย โดยคำนึงถึงการมีอยู่ของข้อห้ามใดๆ และการปรับสมดุลประโยชน์ของการใช้ยาดานไวรัสต่อผลข้างเคียงที่เป็นไปได้ การใช้ยาดานไวรัสอย่างไม่เลือกปฏิบัติอาจก่อให้เกิดการต้อยา
- ผู้ที่มีการสัมผัสกับนกที่ติดเชื้ออาจได้รับยาดานไวรัสเพื่อป้องกัน ในขณะที่ยาดานไวรัสมักใช้เพื่อรักษาโรคใช้หวัดใหญ่ แต่ก็สามารถใช้เพื่อป้องกันการติดเชื้อในผู้ที่ได้รับเชื้อไวรัสใช้หวัดใหญ่ การป้องกันโรคควรได้รับการส่งจ่ายโดยแพทย์ที่ขึ้นทะเบียน ประสิทธิภาพของยาจะคงอยู่ตราบเท่าที่ยาถูกนำมาใช้และหยุดลงเมื่อหยุดใช้ยา การใช้ยาดานเองไม่ได้รับการสนับสนุนเนื่องจากผลข้างเคียงที่อาจเกิดขึ้นและความเป็นไปได้ของการเกิดการต้อยาดานไวรัส

คำแนะนำสำหรับนักท่องเที่ยว

- หลีกเลี่ยงการสัมผัสคน สัตว์ปีก หรือมูลสัตว์ปีก และไม่ควรไปตลาดสด ตลาดขายสัตว์ปีกมีชีวิต หรือฟาร์ม เมื่อเดินทางไปยังพื้นที่ที่ได้รับผลกระทบ สามารถรับประทานไข่และสัตว์ปีกได้เฉพาะเมื่อปรุงสุกอย่างทั่วถึงแล้วเท่านั้น
- ไวรัสใช้หวัดนกถูกตรวจพบในสัตว์อื่น ๆ หลายชนิด หลีกเลี่ยงการสัมผัสใกล้ชิดหรือการสัมผัสโดยไม่มีการป้องกันกับสัตว์ที่ป่วยหรือตาย รวมถึงสัตว์ป่าหรือสัตว์เลี้ยงต่าง ๆ และหลีกเลี่ยงการสัมผัสกับพื้นผิวที่ดูเหมือนมีการปนเปื้อนอุจจาระสัตว์ น้่านมดิบ หรือวัสดุที่ปนเปื้อนจากนกหรือสัตว์อื่น ๆ ที่นำลงสยหรือได้รับการยืนยันว่าติดเชื้อไวรัสใช้หวัดนก

- นักท่องเที่ยวที่รู้สึกไม่สบายในขณะที่อยู่นอกฮ่องกง โดยเฉพาะอย่างยิ่ง หากมีไข้หรือไอ ควรสวมหน้ากากอนามัย และแจ้งเจ้าหน้าที่โรงแรมหรือหัวหน้าทัวร์ที่ทราบ และขอคำแนะนำจากแพทย์ทันที
- นักท่องเที่ยวที่เดินทางกลับจากพื้นที่ที่ได้รับผลกระทบจากการระบาดของไข้หวัดนก ควรปรึกษาแพทย์ทันที หากมีอาการคล้ายไข้หวัดใหญ่ และแจ้งประวัติการเดินทางให้แพทย์ทราบ และสวมใส่หน้ากากอนามัยเพื่อช่วยป้องกันการแพร่กระจายของโรค

สำหรับข้อมูลเพิ่มเติม โปรดไปที่เว็บไซต์ www.chp.gov.hk ของศูนย์คุ้มครองสุขภาพ

ฉบับแปลมีไว้เพื่อการอ้างอิงเท่านั้น ในกรณีที่มีความแตกต่างระหว่างฉบับแปลและภาษาอังกฤษ ให้ยึดฉบับภาษาอังกฤษเป็นหลัก

Translated version is for reference only. In case of discrepancies between translated and English versions, English version shall prevail.

3 มิถุนายน 2024 (3 June 2024)

Nhiễm cúm A mới - Cúm gia cầm

Các tác nhân gây bệnh

Có nhiều loại vi-rút cúm khác nhau. Ngoài những loại vi-rút có thể lưu hành ở người và gây cúm theo mùa, nhiều loại vi-rút cúm A khác được tìm thấy ở chim và các loài động vật khác. Những vi-rút này khác với các vi-rút cúm theo mùa ở người và không dễ lây truyền sang con người. Tuy nhiên, một số loại vi-rút động vật này đôi khi có thể lây nhiễm sang người. Đây được gọi là vi-rút cúm A mới và vi-rút cúm gia cầm là một ví dụ.

Cúm gia cầm là do những vi-rút cúm A chủ yếu ảnh hưởng đến chim và gia cầm, chẳng hạn như gà hoặc vịt. Một số virus cúm gia cầm có thể lây nhiễm và lây lan sang các động vật khác, chẳng hạn như động vật có vú. Các trường hợp người bị nhiễm vi-rút cúm gia cầm A (ví dụ: H3N8, H5N1, H5N6, H7N9, H9N2, H10N3 và H10N5) đã được xác định trong những năm gần đây.

Vì chúng thường không lây nhiễm cho con người, nên có rất ít hoặc không có sự bảo vệ miễn dịch chống lại chúng trong cộng đồng người. Tuy nhiên, nếu virus cúm gia cầm có khả năng lây lan dễ dàng từ người sang người, thông qua việc thích nghi hoặc thu nhận một số gen nhất định từ virus ở người, đại dịch cúm có thể xảy ra.

Đặc điểm lâm sàng

Bệnh ở người do nhiễm vi-rút cúm gia cầm có mức độ nghiêm trọng từ không có triệu chứng hoặc các triệu chứng giống cúm nhẹ (ví dụ: sốt, ho, đau họng, đau cơ) đến bệnh hô hấp nặng (ví dụ: nhiễm trùng phổi) dẫn đến suy đa cơ quan và thậm chí tử vong. Nhiễm trùng mắt (viêm kết mạc), các triệu chứng đường tiêu hóa (ví dụ: buồn nôn, nôn mửa và tiêu chảy) và các triệu chứng thần kinh (ví dụ: co giật) cũng đã được báo cáo. Mức độ nghiêm trọng của bệnh sẽ phụ thuộc vào loại phụ của vi-rút cúm gia cầm gây nhiễm trùng và đặc điểm của cá nhân bị nhiễm. Các vi-rút cúm gia cầm A(H5N1), A(H5N6) và A(H7N9) là nguyên nhân gây ra hầu hết các bệnh nhiễm trùng ở người do vi-rút cúm gia cầm A trên toàn thế giới cho đến nay, bao gồm cả những bệnh nghiêm trọng nhất với tỷ lệ tử vong cao. Ngược lại, nhiễm vi-rút cúm gia cầm A(H9N2) ở người thường dẫn đến bệnh lâm sàng nhẹ.

Phương thức truyền nhiễm

Những con chim bị nhiễm bệnh phát tán virus cúm gia cầm qua nước bọt, chất nhầy và phân. Các động vật khác bị nhiễm vi-rút cúm gia cầm có thể có vi-rút trong dịch tiết hô hấp, các cơ quan khác nhau, máu hoặc trong các dịch cơ thể khác, bao gồm cả sữa động vật. Mọi người chủ yếu bị nhiễm vi-rút cúm gia cầm do tiếp xúc với gia cầm, gia cầm hoặc động vật khác bị nhiễm bệnh (sống hoặc chết), hoặc bề mặt bị ô nhiễm với nước bọt, chất nhầy và phân của động vật hoặc môi trường (chẳng hạn như chợ ướt và chợ gia cầm sống). Sự lây truyền từ người sang người kém hiệu quả. Thỉnh thoảng dịch cúm gia cầm bùng phát ở gia cầm đã được báo cáo ở một số quốc gia và một số trường hợp nhiễm bệnh ở người đôi khi đã được báo cáo.

Trong một dịp hiếm hoi, mọi người bị nhiễm bệnh do tiếp xúc với động vật bị nhiễm bệnh ngoài chim và gia cầm. Ví dụ, Hoa Kỳ đã báo cáo vào tháng 4 năm 2024 một trường hợp nhiễm vi-rút cúm gia cầm A(H5N1) ở người sau khi tiếp xúc với bò sữa có thể bị nhiễm vi-rút cúm gia cầm.

Thời gian ủ bệnh

Phạm vi từ 1 đến 10 ngày tùy thuộc vào các phân nhóm cụ thể của vi-rút cúm gia cầm A.

Nhóm có nguy cơ cao

Những người tiếp xúc gần với gia cầm sống dễ bị nhiễm cúm gia cầm hơn. Người cao tuổi, trẻ em và những người mắc bệnh mãn tính có nguy cơ phát triển các biến chứng như viêm phế quản và nhiễm trùng ngực cao hơn.

Quản lý

Bệnh nhân nên nghỉ ngơi đầy đủ và uống nhiều nước. Điều trị hỗ trợ có thể làm giảm các triệu chứng. Những người có triệu chứng giống cúm nên tìm tư vấn y tế, đặc biệt là những người bị suy yếu sức đề kháng, hoặc nếu tình trạng của họ xấu đi (ví dụ như bị sốt cao dai dẳng hoặc khó thở). Cúm gia cầm A (bao gồm virus H5N1, H5N6 và H7N9) thường nặng hơn cúm thông thường và hầu hết bệnh nhân cần được chăm sóc tại bệnh viện. Một số thuốc kháng vi-rút có thể hiệu quả trong điều trị tình trạng này.

Phòng ngừa

Chim, gia cầm hoặc các động vật khác bị nhiễm bệnh (sống hoặc chết) hoặc phân của chúng có thể mang virus cúm gia cầm. Do đó, các thành viên của công chúng nên tránh chạm vào dịch tiết và phân của chim, gia cầm hoặc các động vật khác bị nhiễm bệnh và chú ý đến các vấn đề sau để ngăn ngừa cúm gia cầm:

1. Xử lý gia cầm

- Khi mua gà sống, không chạm vào chúng và phân của chúng. Không được thổi vào đáy của chúng. Rửa trứng bằng chất tẩy rửa nếu bị dính phân và nấu chín tiêu thụ ngay lập tức. Người xử lý thịt gia cầm hoặc xác gia cầm ướp lạnh được nhắc nhở tuân thủ nghiêm ngặt vệ sinh cá nhân và vệ sinh tay. Họ không nên bao giờ chạm vào miệng, mũi hoặc mắt khi xử lý bất kỳ gia cầm, sản phẩm gia cầm hoặc trứng nào. Sau đó, họ phải rửa tay kỹ bằng xà phòng lỏng và nước, và dao cùng thớt đã qua sử dụng phải được làm sạch kỹ trước khi chúng có thể được sử dụng lại.
- Trứng nên được nấu chín kỹ cho đến khi lòng trắng và lòng đỏ trở nên rắn chắc. Không ăn trứng sống hoặc nhúng thức ăn đã nấu chín vào bất kỳ loại nước sốt nào có chứa trứng sống. Thịt gia cầm nên được nấu chín kỹ. Nếu có nước ép màu hồng chảy từ gia cầm đã nấu chín hoặc phần giữa của xương vẫn có màu đỏ, gia cầm nên được nấu lại cho đến khi chín hoàn toàn.

2. Duy trì vệ sinh cá nhân tốt

- Thực hiện vệ sinh tay thường xuyên, đặc biệt là trước khi chạm vào miệng, mũi hoặc mắt; sau khi tiếp xúc với động vật hoặc môi trường của chúng hoặc chạm vào các thiết bị công cộng như tay vịn hoặc tay nắm cửa; hoặc khi tay bị nhiễm dịch tiết đường hô hấp sau khi ho hoặc hắt hơi. Rửa tay bằng xà phòng dạng lỏng và nước, và chà xát trong ít nhất 20 giây. Rồi rửa bằng nước và lau khô bằng giấy lau sử dụng một lần hoặc máy sấy tay. Nếu không có thiết bị rửa tay, hoặc khi tay không bị bẩn rõ ràng, vệ sinh tay bằng dung dịch rửa tay chứa 70 đến 80% cồn là một giải pháp thay thế hiệu quả.
- Che miệng và mũi bằng khăn giấy khi ho hoặc hắt xì. Vứt khăn giấy bẩn vào thùng rác có nắp đậy, sau đó rửa tay thật sạch.
- Khi có các triệu chứng về hô hấp, hãy đeo khẩu trang phẫu thuật, không làm việc hoặc đi học, tránh đến những nơi đông người và tìm tư vấn y tế kịp thời.
- Xây dựng khả năng miễn dịch cơ thể tốt bằng cách có chế độ ăn uống cân bằng, tập thể dục thường xuyên và nghỉ ngơi đầy đủ, không hút thuốc và tránh tiêu thụ rượu cồn.

3. Duy trì vệ sinh môi trường tốt

- Thường xuyên làm sạch và khử trùng các bề mặt thường xuyên chạm vào như đồ nội thất, đồ chơi và các vật dụng thường dùng bằng thuốc tẩy gia dụng pha loãng 1:99 (trộn 1 phần thuốc tẩy 5,25% với 99 phần nước), để trong 15 – 30 phút, sau đó rửa sạch bằng nước và giữ khô. Đối với bề mặt kim loại, khử trùng bằng cồn 70%.
- Sử dụng khăn thấm dùng một lần để lau sạch các chất gây ô nhiễm rõ ràng như dịch tiết đường hô hấp, sau đó khử trùng bề mặt và các khu vực lân cận bằng thuốc tẩy gia dụng pha loãng 1:49 (trộn 1 phần thuốc tẩy 5,25% với 49 phần nước), để yên trong 15 – 30 phút, sau đó rửa sạch bằng nước và giữ khô. Đối với bề mặt kim loại, khử trùng bằng cồn 70% .
- Duy trì thông gió trong nhà tốt. Tránh đi đến những nơi công cộng đông người hoặc thông gió kém; những người có nguy cơ cao có thể cân nhắc đeo khẩu trang phẫu thuật khi ở những nơi đó.
- Bẫy chữ U nên được ngăn ngừa khô cạn và các cửa xả nước nên được khử trùng thường xuyên khoảng một lần mỗi tuần.
- Sửa chữa ngay lập tức nếu có khiếm khuyết ở bẫy chữ U hoặc mùi hôi thoát ra từ các cửa xả. Kỹ thuật viên có trình độ có thể được thuê để kiểm tra và sửa chữa.

4. Tiêm chủng

- Không có vắc xin đã đăng ký để sử dụng cho người đặc hiệu cho bệnh cúm gia cầm ở Hồng Kông.
- Vắc-xin cúm theo mùa **không thể** ngăn ngừa cúm gia cầm, tuy nhiên nó có thể giúp giảm nguy cơ biến chứng và nhập viện do cúm theo mùa cũng như giảm nguy cơ đồng nhiễm với vi-rút cúm A ở người và gia cầm. Vắc-xin cúm an toàn và hiệu quả và nhiễm cúm nghiêm trọng có thể xảy ra ngay cả ở những người khỏe mạnh, vắc-xin cúm theo mùa phù hợp để bảo vệ cá nhân chống lại cúm lâm sàng cho tất cả những người từ 6 tháng tuổi trở lên ngoại trừ những người có chống chỉ định đã biết. Ủy ban khoa học về các bệnh có thể phòng ngừa bằng vắc-xin khuyến nghị một số nhóm ưu tiên tiêm phòng cúm theo mùa dựa trên một loạt các cân nhắc khoa học, tính đến gánh nặng bệnh tật địa phương và kinh nghiệm quốc tế.

5. Thuốc kháng vi-rút

- Việc bác sĩ kê đơn thuốc kháng vi-rút (ví dụ: Tamiflu) cho bệnh nhân sẽ phụ thuộc vào hoàn cảnh và nhu cầu sức khỏe của bệnh nhân, có tính đến sự hiện diện của bất kỳ chống chỉ định nào và cân bằng lợi ích của việc dùng thuốc kháng vi-rút với các tác dụng phụ có thể xảy ra. Việc sử dụng bừa bãi thuốc kháng vi-rút có thể làm phát sinh tình trạng kháng thuốc.
- Những người đã tiếp xúc với chim bị nhiễm bệnh có thể được dùng thuốc kháng vi-rút để phòng ngừa. Mặc dù thuốc kháng vi-rút thường được sử dụng để điều trị cúm, nhưng chúng cũng có thể được sử dụng để ngăn ngừa nhiễm trùng ở những người đã tiếp xúc với vi-rút cúm. Dự phòng nên được chỉ định bởi các bác sĩ đã đăng ký. Hiệu quả của nó kéo dài miễn là thuốc đang được dùng và chấm dứt khi ngừng thuốc. Tự dùng thuốc không được khuyến khích vì các tác dụng phụ tiềm ẩn và khả năng xuất hiện sự kháng thuốc kháng vi-rút.

Lời khuyên cho du khách

- Tránh chạm vào các loài chim, gia cầm hoặc phân của chúng và tránh đến các chợ tươi, chợ có gia cầm sống hoặc trang trại khi du lịch đến các khu vực bị ảnh hưởng. Chỉ ăn trứng và thịt gia cầm đã được nấu chín kỹ.

- Virus cúm gia cầm đã được phát hiện ở nhiều loài khác. Tránh tiếp xúc gần hoặc không được bảo vệ động vật bị bệnh hoặc chết, kể cả động vật hoang dã hoặc động vật nuôi trong nhà và tránh tiếp xúc với các bề mặt có vẻ bị nhiễm phân động vật, sữa tươi hoặc các vật liệu bị nhiễm bởi chim hoặc động vật khác bị nghi ngờ hoặc đã xác nhận nhiễm virus cúm gia cầm.
- Nếu du khách cảm thấy không khỏe khi ở ngoài Hồng Kông, đặc biệt nếu bị sốt hoặc ho, nên đeo khẩu trang và thông báo cho nhân viên khách sạn hoặc trưởng đoàn du lịch và tìm đến tư vấn y tế ngay lập tức.
- Du khách trở về từ các vùng bị dịch cúm gia cầm ảnh hưởng nên tham khảo ý kiến bác sĩ kịp thời nếu có các triệu chứng giống như cúm, đồng thời thông báo cho bác sĩ về lịch sử du lịch và đeo khẩu trang y tế để giúp ngăn ngừa lây lan dịch bệnh.

Để biết thêm thông tin về sức khỏe, vui lòng truy cập trang web của Trung Tâm Bảo Vệ Sức Khỏe.
www.chp.gov.hk

Bản dịch chỉ mang tính chất tham khảo. Trong trường hợp có sự khác biệt giữa phiên bản dịch và phiên bản tiếng Anh, phiên bản tiếng Anh sẽ được ưu tiên.

Translated version is for reference only. In case of discrepancies between translated version and English version, English version shall prevail.

Ngày 3 tháng 6 năm 2024 (3 June 2024)

衛生防護中心網站 www.chp.gov.hk
Centre for Health Protection Website www.chp.gov.hk

สำหรับข้อมูลเพิ่มเติมโปรดไปที่เว็บไซต์ www.chp.gov.hk ของศูนย์คุ้มครองสุขภาพ

Để biết thêm thông tin về sức khỏe, vui lòng truy cập trang web của Trung Tâm Bảo Vệ Sức Khỏe.
www.chp.gov.hk