SỞ Y TẾ THANH HÓA
TRUNG TÂM Y TẾ VĨNH LỘC

Số: 446 /TTYT-DS&TTGDSK

CỘNG HÒA XÃ HỘI CHỦ NGHĨA VIỆT NAM
Độc lập – Tự do – Hạnh phúc

Vĩnh Lộc, ngày 21 tháng 8 năm 2026

BÀI TUYÊN TRUYỀN
Chủ động phòng, chống các bệnh trong mùa mưa bão

Mùa mưa bão là thời điểm thời tiết thay đổi thất thường, mưa nhiều, độ ẩm cao, có nơi xảy ra ngập úng, nước tù đọng, môi trường bị ô nhiễm và nguồn nước sinh hoạt có nguy cơ bị nhiễm bẩn. Đây cũng là điều kiện thuận lợi cho nhiều loại vi khuẩn, vi rút và muỗi truyền bệnh phát triển.Nếu người dân không chủ động phòng bệnh, nguy cơ mắc các bệnh như tiêu chảy, đau mắt đỏ, bệnh ngoài da, sốt xuất huyết, cúm, các bệnh đường hô hấp và một số bệnh liên quan đến nguồn nước có thể gia tăng.

Vì vậy, Trungtâm Y tếVĩnh Lộc khuyến cáo tới mỗi gia đình cần chủ động thực hiện tốt các biện pháp phòng bệnh ngay từ những việc đơn giản hằng ngàysau:

1. Chủ động giữ gìn vệ sinh môi trường

Sau mưa bão, bà con cần nhanh chóng dọn dẹp nhà cửa, sân vườn, khơi thông cống rãnh, thu gom rác thải, không để rác và nước thải ứ đọng quanh nhà.

Đặc biệt, cần kiểm tra những nơi có thể đọng nước như xô, chậu, chai lọ, lốp xe cũ, chum vại, máng nước, vật dụng phế thải. Đây là những nơi muỗi có thể sinh sản, làm tăng nguy cơ sốt xuất huyết.

Người dân hãy thực hiện phương châm:

“Không có nước đọng – không có nơi sinh sản của muỗi – chủ động phòng sốt xuất huyết.”

2. Bảo đảm an toàn nguồn nước và thực phẩm

Khi xảy ra ngập lụt, nước giếng, nước sinh hoạt có thể bị nhiễm bẩn. Người dân không nên sử dụng nguồn nước nghi ngờ bị ô nhiễm để ăn uống, nấu ăn hoặc vệ sinh thực phẩm.

Nước dùng để uống và nấu ăn cần được xử lý phù hợp theo hướng dẫn của trạm Y tế địa phương.

Thực phẩm cần được ăn chín, uống chín, bảo quản cẩn thận. Không sử dụng thực phẩm đã bị ngâm nước lũ, có mùi lạ, biến đổi màu hoặc có dấu hiệu hư hỏng.

Người dân cũng cần rửa tay bằng xà phòng và nước sạch trước khi ăn, trước khi chế biến thức ăn và sau khi đi vệ sinh hoặc dọn dẹp sau mưa lũ.

3. Chủ động phòng bệnh sốt xuất huyết

Mùa mưa là thời điểm muỗi truyền bệnh sốt xuất huyết có điều kiện phát triển mạnh.

Mỗi gia đình hãy thường xuyên đậy kín các dụng cụ chứa nước, thay nước và vệ sinh các dụng cụ chứa nước, loại bỏ vật phế thải có khả năng chứa nước mưa.

Khi ngủ, nên mắc màn, kể cả ban ngày. Có thể sử dụng các biện pháp phù hợp để tránh muỗi đốt.

Nếu trong gia đình có người sốt cao đột ngột, đau đầu, đau mỏi người, có thể kèm theo phát ban hoặc các dấu hiệu bất thường, cần đến cơ sở y tế để được khám và tư vấn. Không nên tự ý điều trị hoặc chủ quan nghĩ rằng chỉ là cảm cúm thông thường.

4. Phòng các bệnh về đường hô hấp

Thời tiết mưa lạnh, thay đổi nhiệt độ đột ngột có thể làm tăng nguy cơ mắc các bệnh đường hô hấp.

Người dân cần giữ ấm cơ thể khi trời lạnh, giữ nhà cửa thông thoáng, hạn chế tiếp xúc gần với người đang mắc bệnh hô hấp.

Khi có biểu hiện ho, sốt, đau họng, khó thở hoặc tình trạng bệnh kéo dài, cần đi khám tại cơ sở y tế.

Đối với trẻ nhỏ, người cao tuổi và người có sức khỏe yếu, gia đình càng cần quan tâm, theo dõi sức khỏe thường xuyên.

5. Phòng bệnh ngoài da và đau mắt đỏ

Sau ngập úng, nước bẩn có thể chứa nhiều vi khuẩn gây bệnh.

Người dân nên hạn chế tiếp xúc trực tiếp với nước bẩn, nếu bắt buộc phải tiếp xúc thì cần sử dụng các biện pháp bảo hộ phù hợp, sau đó rửa sạch tay, chân và cơ thể bằng nước sạch.

Không dùng chung khăn mặt, khăn tắm, chậu rửa, đồ dùng cá nhân với người đang bị đau mắt đỏ hoặc bệnh ngoài da.

Nếu mắt bị đỏ, đau, nhiều ghèn hoặc nhìn mờ, cần đi khám và thực hiện theo hướng dẫn của cán bộ y tế.

6. Đặc biệt lưu ý trẻ em trong mùa mưa bão

Sau mưa lớn, tại ao hồ, sông suối, hố nước, khu vực ngập úng có thể xuất hiện những điểm nước sâu rất nguy hiểm.

Người dân tuyệt đối không để trẻ tự ý chơi, tắm hoặc đi lại gần ao hồ, sông suối, khu vực nước ngập.

Các gia đình cần chủ động trông nom trẻ, đặc biệt trong những ngày mưa bão và sau khi nước rút.

Phòng bệnh trong mùa mưa bão không phải là việc quá khó. Mỗi gia đình chỉ cần giữ vệ sinh nhà cửa, ăn chín uống sôi, sử dụng nước sạch, diệt lăng quăng/bọ gậy, tránh muỗi đốt, giữ vệ sinh cá nhân và đưa người bệnh đi khám khi có dấu hiệu bất thường.

Mỗi người dân chủ động phòng bệnh chính là góp phần bảo vệ sức khỏe cho gia đình và cả cộng đồng./.

Nơinhận:
- Phòng VHXH xã Vĩnh Lộc (P/h);
- Phòng VHXH xã Tây Đô (P/h);
- Phòng VHXH xã Biện Thượng (P/h);
- Phòng DS &TTGDSK (T/h);
- Trạm Y tế các xã (T/h);
- Lưu VT.

GIÁM ĐỐC

SỞ Y TẾ TỈNH THANH HÓA
TRUNG TÂM Y TẾ VĨNH LỘC

Phạm Văn Tiến