

DÀNH CHO BỆNH NHÂN: CẦN LÀM GÌ KHI QUÝ VỊ BỊ MPOX



Hình thức điều trị cho người mắc bệnh đậu mùa khi ở người (MPOX) sẽ tùy thuộc vào mức độ bệnh của người đó hoặc khả năng họ có trở bệnh nặng hay không. Hầu hết mọi người đều hồi phục hoàn toàn trong vòng 2 đến 4 tuần mà không cần điều trị.

Chăm Sóc Bản Thân

- Dùng gạc hoặc băng để che vết phát ban nhằm hạn chế lây lan cho người khác và lan ra môi trường.
- Không chích rạch (bóp) hoặc gãi các vùng tổn thương do phát ban. Việc này không những không làm tăng tốc độ phục hồi mà còn có thể lây lan vi rút sang các bộ phận khác của cơ thể, tăng khả năng lây lan vi rút cho người khác và có thể khiến các vết thương hở bị nhiễm khuẩn.
- Không cạo vùng bị phát ban cho đến khi sạch vảy và lớp da mới hình thành. Giữ cho vùng da bị tổn thương/phát ban sạch sẽ và khô ráo khi không tắm vòi hoặc tắm bồn.
- **Thường xuyên rửa tay** bằng xà phòng và nước hoặc sử dụng nước rửa tay có cồn, đặc biệt là sau khi tiếp xúc trực tiếp với vết phát ban. Nếu bị phát ban trên tay:
 - Hãy cẩn thận khi rửa hoặc sử dụng chất tẩy rửa để không làm kích ứng vết phát ban.
 - Mang găng tay không gây kích ứng khi cầm các đồ vật thông thường hoặc chạm vào các bề mặt trong không gian chung.
 - Sử dụng găng tay dùng một lần, có thể bỏ đi sau mỗi lần sử dụng.
- Đeo khẩu trang vừa vặn khi ở quanh người khác cho đến khi hết phát ban và các triệu chứng khác.
- Ăn uống lành mạnh và nghỉ ngơi nhiều để cơ thể quý vị phục hồi.

Kiểm Soát Các Triệu Chứng

- Các loại thuốc như ibuprofen (Advil, Motrin) và acetaminophen (Tylenol) có thể giúp quý vị cảm thấy dễ chịu hơn.
- Đối với các vết phát ban trong miệng, hãy súc miệng bằng nước muối ít nhất bốn lần một ngày. Có thể dùng nước súc miệng theo toa hoặc thuốc gây tê tại chỗ như lidocain nhỏ để giảm cảm giác đau. Có thể dùng thuốc sát trùng miệng như nước súc miệng chlorhexidine để giúp giữ cho miệng sạch sẽ.
- Liên hệ với nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe của quý vị nếu cơn đau trở nên nghiêm trọng và không thể kiểm soát được tại nhà.

Giảm Vết Phát Ban

- Cần phải cố gắng không chạm vào hoặc gãi vào vết phát ban. Việc này sẽ làm tăng khả năng lây lan phát ban sang các bộ phận khác của cơ thể, lây lan vi rút cho người khác và có thể khiến các vết thương hở bị nhiễm vi khuẩn. Nếu quý vị vô tình chạm vào vết phát ban, hãy rửa tay bằng xà phòng và nước; tránh chạm vào những vùng nhạy cảm như mắt, mũi, miệng, bộ phận sinh dục và trực tràng hoặc hậu môn.
- Có thể sử dụng gel bôi benzocain/lidocain tại chỗ để giảm đau tạm thời. Thuốc kháng histamine đường uống, chẳng hạn như Benadryl, và kem bôi ngoài da, chẳng hạn như kem dưỡng da calamine hoặc sáp dầu khoáng, có thể giúp giảm ngứa.
- Ngâm mình trong bồn nước ấm (sử dụng bột yến mạch hoặc các sản phẩm tắm không kê đơn khác dành cho da mẫn ngứa) có thể giúp giảm bớt cảm giác khô, ngứa do phát ban.
- Những người bị phát ban ở hậu môn hoặc xung quanh hậu môn hoặc bộ phận sinh dục của họ (dương vật, tinh hoàn, môi âm hộ, âm đạo) hoặc đáy chậu (vùng giữa hậu môn và bộ phận sinh dục) cũng có thể cảm thấy đỡ hơn khi tắm ngồi (bằng nước ấm, nóng). Nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe của quý vị có thể kê đơn thuốc như povidone-iodine hoặc các sản phẩm khác để thêm vào nước. Thêm muối Epsom, giấm hoặc muối nở vào nước có thể làm dịu da.

Một số người, như những người bị suy giảm hệ thống miễn dịch hoặc phát ban ở bộ phận sinh dục hoặc trực tràng, có thể sẽ cần điều trị. Thuốc được sử dụng để điều trị MPOX cần có đơn thuốc và phải được nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe yêu cầu. Nếu quý vị không có nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe, hãy gọi 2-1-1 hoặc 7-1-1 (người khiếm thính).

