

Vietnamese

**Những Điều Cần Biết về Siêu Vi Trùng West Nile
WHAT YOU NEED TO KNOW ABOUT WEST NILE VIRUS**

Muỗi có thể là vấn đề kể từ đầu mùa xuân cho đến cuối mùa thu. Muỗi chích làm ngứa ngáy và gây ra những phản ứng dị ứng ở một số người. Muỗi cũng có thể truyền siêu vi trùng West Nile sau khi chúng bị nhiễm do hút máu những con chim có mang siêu vi trùng này.

Nguy cơ tiếp cận với siêu vi trùng West Nile tương đối thấp. Giống muỗi Culex Tarsalis chiếm một phần nhỏ trong tổng dân số muỗi và được biết là loại muỗi mang siêu vi trùng này. Khoảng 80 phần trăm những người bị nhiễm siêu vi trùng West Nile không biết là họ đã tiếp cận với siêu vi trùng và không trải qua một triệu chứng nào cả. Khoảng 15 – 20 phần trăm những người bị nhiễm có thể trải qua những triệu chứng giống như cúm ví dụ như sốt, nhức đầu hoặc bị nổi sần trên người. Trong 150 người bị nhiễm bệnh không có đến một người bị hội chứng thần kinh West Nile. Những triệu chứng bao gồm sốt cao, nhức đầu và bị đờ cổ, choáng váng và mất phương hướng, hôn mê, rung, thỉnh thoảng bị co giật hoặc yếu sức và bị liệt.

**Làm thế nào để giảm nguy cơ bị muỗi chích.
(How to reduce the Risk of Mosquito bites)**

- Lấp hoặc giải quyết tất cả các nguồn nước đọng nơi muỗi thường hay đẻ trứng chẳng hạn như ao hồ, các vũng nước v...v
- Chặt bớt những cây và bụi cây rậm rạp nơi muỗi thường trú ẩn.
- Nên ở trong nhà vào lúc rạng sáng hoặc lúc tờ mờ tối vì đây là lúc mà muỗi thường hoạt động mạnh nhất.
- Đừng mang/xức vào người những mùi nồng
- Mặc áo tay dài, quần dài và có màu sáng
- Bôi thuốc chống côn trùng có chứa DEET

Thuốc chống côn trùng hữu hiệu nhất là DEET. Nồng độ DEET khác nhau sẽ mang mức độ bảo vệ chống muỗi khác nhau (xem bảng ghi nồng độ của DEET và thời gian chống muỗi). Quý vị sẽ được an toàn khi sử dụng theo như những chỉ dẫn trên nhãn.

DEET không an toàn khi dùng cho trẻ sơ sinh nhỏ hơn sáu tháng tuổi. Các sản phẩm có chứa 10 phần trăm chất DEET hoặc ít hơn (xem trên hộp: Nồng độ DEET sử dụng cho các lứa tuổi khác nhau) thì xem như an toàn khi sử dụng cho trẻ em sáu tháng tuổi trở lên. Đối với trẻ em từ sáu tháng tuổi đến hai tuổi, nếu nơi nào có nguy cơ cao về các biến chứng do muỗi chích (ví dụ như những vùng được báo cáo siêu vi trùng West Nile đang hoạt động) thì các sản phẩm có chứa 10 phần trăm DEET có thể được sử dụng một ngày một lần và dùng cho đến vài ngày. Cha mẹ của trẻ nên bôi thuốc chống côn trùng lên bàn tay trước rồi mới bôi/xức thuốc cho trẻ.

Nồng độ DEET sử dụng cho các lứa tuổi khác nhau		
Tuổi	Nồng Độ DEET	Lưu ý
Nhỏ hơn sáu tháng tuổi	Không Sử Dụng	Dùng màn chống muỗi để che cho em bé
Sáu tháng đến hai tuổi	10 phần trăm hoặc ít hơn	Tối đa là một lần/một ngày
Hai đến 12 tuổi	10 phần trăm hoặc ít hơn	Tối đa là 3 lần/1 ngày
12 tuổi trở lên	30 phần trăm hoặc ít hơn	An toàn cho các phụ nữ mang thai và đang cho con bú
Nồng độ của DEET và thời gian chống muỗi		
Nồng độ của DEET	Thời gian chống muỗi	
30 %	Sáu tiếng đồng hồ	
15 %	Năm tiếng đồng hồ	
10 %	Ba tiếng đồng hồ	
5 %	Hai tiếng đồng hồ	

(Theo Tạp Chí Apple)