

Làm Sao Biết là Cúm Hay Cảm?

Bs Nguyễn thị Nhuận

Ngoài ra, mùa cúm ở Hoa Kỳ thường bắt đầu vào cuối mùa thu qua mùa đông tức từ tháng 11 và kéo dài đến hết tháng 3. Vào mùa đông, người ta có khuynh hướng ở trong nhà nhiều hơn, có nhiều cơ hội tiếp xúc với những người khác và vì thế dễ bị lây bệnh hơn. Thường người ta dễ bị lây bệnh do bắt tay người vừa mới ho và che miệng khiến siêu vi dính trên tay, hoặc chạm tay mình vào điện thoại và nắm cửa là những nơi dễ dính siêu vi của người bệnh, sau đó, đưa tay lên mũi, mắt và đem siêu vi vào người.

Do đó, rửa tay thường xuyên là một phương pháp hữu hiệu nhất để tránh bị lây bệnh cảm cúm.

2. Khi con bạn bị cúm hay cảm, bạn nên cho cháu uống thuốc aspirin hay Tylenol vì đó là thuốc cảm?

Sai. Mặc dầu thuốc Aspirin hay Tylenol thường được người Việt gọi là thuốc cảm, không phải lúc nào ta cũng nên dùng các thuốc này. Nếu con em bạn bị sổ mũi, ho mà không sốt, bạn không cần phải cho uống Aspirin hay Tylenol mà chỉ cần cho uống thuốc ho hay nghẹt mũi, chảy mũi. Khi cháu bị sốt hay đau nhức, bạn nên cho uống Tylenol. Đừng bao giờ cho trẻ em uống thuốc aspirin vì thuốc này đã cho thấy là có liên hệ đến chứng bệnh Reyesyndrome là một bệnh rất nặng, ảnh hưởng đến óc và gan bệnh nhân.

3. Bạn thỉnh thoảng bệnh. Cả người bạn nhức mỏi. Bạn bị sốt, ho khan và thấy rất mệt. Vậy bạn đã bị...?

Bị cúm. Triệu chứng bệnh cảm và bệnh cúm có nhiều trùng hợp. Tuy nhiên, bệnh nhân cúm thường cảm thấy mệt và đau nhức hơn nhiều. Những triệu chứng của bệnh cúm gồm có: Sốt, rùng mình, ớn lạnh và ra mồ hôi, ho khan, nhức đầu, nhức mỏi khắp người rất nhiều, mệt và cảm thấy yếu ớt, không muốn ăn. Một số bệnh nhân cúm có thể có những triệu chứng như chảy mũi, hắt xì và đau cổ giống như bệnh cảm. Tuy nhiên nếu họ sốt cao hơn 101 độ thì có nhiều phần là họ bị cúm hơn là cảm.



Thời gian ủ bệnh của bệnh cúm, tức từ khi nhiễm siêu vi tới khi phát bệnh, là từ 1 tới 4 ngày. Tuy nhiên, bệnh nhân thường thỉnh thoảng có triệu chứng bệnh. Bệnh nhân sẽ hết bệnh, thấy dễ chịu hơn trong vòng từ 1 tới 2 tuần. Nếu không, thường là họ đã bị thêm những biến chứng khác như sưng phổi hay nhiễm thêm 1 con vi trùng khác.

4. Bao lâu bạn mới cần chích ngừa cúm một lần?

Mỗi năm một lần. Muốn khỏi bị cúm, ta cần chích ngừa mỗi năm một lần. Đó là vì siêu vi cúm có khả năng biến đổi và mỗi năm là một dạng siêu vi khác gây ra cúm. Thuốc chích ngừa năm trước thường không hiệu nghiệm cho năm nay. Nhà chế tạo thuốc ngừa ước tính là con siêu vi nào sẽ gây ra bệnh cúm trong năm và chế thuốc theo đó. Thời gian tốt nhất để chích ngừa cúm là vào mùa thu, trước khi mùa cúm bắt đầu. Tuy nhiên, nếu bạn lỡ "trễ tàu", cần chích khi mùa cúm đã bắt đầu, bạn cũng cứ nên chích vì không nhiều thì ít, bạn cũng có một số kháng thể để bảo vệ khỏi bệnh cúm.

5. Thuốc trụ sinh chữa bệnh cảm hay cúm hiệu nghiệm nhất?

Sai. Thuốc trụ sinh chỉ giết được vi trùng (bacteria) mà không thể giết siêu vi (virus) tức nguyên nhân gây ra cảm cúm. Do đó, nếu bạn bị cảm hay cúm, thuốc trụ sinh sẽ không giúp được nhiều, trừ khi bạn đã bị nhiễm thêm vi trùng như sưng phổi, sưng tai chẳng hạn.

Hiện nay đã có rất nhiều vi trùng chống lại nhiều thứ thuốc trụ sinh nhờ khả năng biến hóa của chúng. Do đó nhiều thuốc trụ sinh không còn hiệu nghiệm nữa. Nếu cứ tiếp tục dùng trụ sinh không cần thiết, càng ngày sẽ có nhiều thuốc trụ sinh bị mất hiệu quả và người ta phải đi tìm những loại thuốc mới tốn kém nhiều hơn và có các tác dụng phụ nặng hơn.

Chỉ mới có một vài thuốc chống lại siêu vi dùng để chữa bệnh cúm được lưu hành nhưng phải dùng rất sớm, ngay khi mới có triệu chứng đầu tiên. Do đó, phương pháp tránh bệnh tốt nhất vẫn là chích ngừa.

6. Bạn bị buồn nôn, ói mửa và đi tiêu chảy. Như vậy, chắc chắn là bạn đã bị cảm hay cúm?

Cả hai đều không đúng. Ói mửa không phải là triệu chứng chính của bệnh cúm hay cảm, tuy trẻ em có thể ói chút ít khi chúng bị cảm cúm.

Những triệu chứng tả trong câu hỏi này là triệu chứng của bệnh “cúm bao tử”. Đây là một bệnh của đường bao tử và ruột trong khi siêu vi cảm hay cúm tấn công đường hô hấp.

7. Mới đầu bạn chỉ bị ngứa cổ. Sau đó, bạn bị hắt xì liên tục, chảy nước mũi và đau cổ họng. Như vậy bạn đã bị... ?

Bệnh cảm. Bệnh cảm có triệu chứng nhẹ hơn bệnh cúm. Bệnh nhân thường cũng bị bệnh từ từ, không bất thình lình, và cũng không bị sốt cao. Bệnh nhân cũng ít bị mệt và đau nhức như bệnh cúm.

Những triệu chứng của bệnh cảm gồm có: Chảy mũi, cổ hơi rát hoặc đau, nghẹt mũi, hắt xì, ho, sốt nhẹ, dưới 102 độ, hơi mệt, không ngủ hay nằm được bằng bình thường.

8. Bạn sẽ bị một cơn cúm nhẹ sau khi bạn chích ngừa cúm.

Sai. Thuốc ngừa cúm không chứa siêu vi cúm còn sống, do đó, không thể gây bệnh cúm cho bạn được.

Thuốc ngừa cúm chế tạo từ những siêu vi đã chết.

Người chích ngừa có thể bị phản ứng phụ nhẹ như sưng và đau chỗ chích. Hiếm hơn nữa, họ có thể bị sốt, đau nhức bắp thịt hay cảm thấy bịnh. Những triệu chứng này sẽ không kéo dài lâu.

Nên nhớ: dù đã chích ngừa cúm, bạn vẫn có thể bị bệnh nhưng nếu có, bạn cũng chỉ bị nhẹ hơn là nếu bạn không chích.

BS Nguyễn thị Nhuận