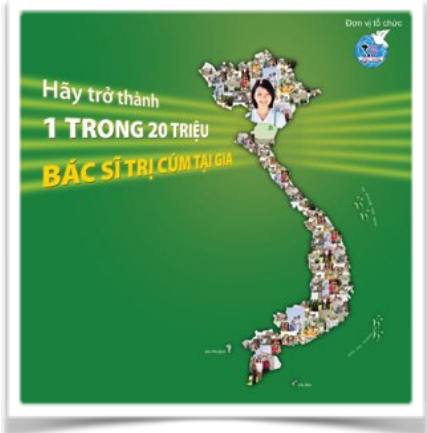


# Chiến dịch hãy trở thành 20 triệu bác sĩ trị cúm tại gia

Ngày hội “**Bác sĩ trị cúm tại gia**” trong chiến dịch “**Hãy trở thành 20 triệu bác sĩ trị cúm tại gia**” đã được triển khai thành công ở các tỉnh Sóc Trăng, Vĩnh Long, An Giang, Bắc Ninh, Hải Dương, Hải Phòng... thu hút hàng ngàn lượt người tham gia.

Nhằm giúp người dân trang bị những kiến thức về phòng ngừa và điều trị cảm cúm tại nhà một cách hiệu quả, trong suốt 3 năm từ 2011 đến 2013, nhãn hàng **Panadol Cảm Cúm** tài trợ Hội Phụ Nữ các tỉnh thành tổ chức ngày hội “**Bác sĩ trị cúm tại gia**” tại khắp các tỉnh thành từ Bắc vào Nam.



## Trang bị “vũ khí” chống bệnh cúm

Qua chương trình ngày hội “**Bác sĩ trị cúm tại gia**”, được triển khai thành công ở các tỉnh Sóc Trăng, Vĩnh Long, An Giang, Bắc Ninh, Hải Dương, Hải Phòng, Hà Nội, Ninh Bình,... thu hút hàng ngàn lượt người tham gia. Tại chương trình, các chị em phụ nữ tại địa phương đã được khám và tư vấn bệnh mũi họng miễn phí, đồng thời tham gia các hoạt động sôi nổi diễn ra trong ngày mang tính tuyên truyền như đố vui, kịch, trò chơi trúng thưởng... Đặc biệt, thông qua Hội thảo “**Phòng ngừa và điều trị cảm cúm**”, các chị em phụ nữ đã được các bác sĩ chuyên khoa Tai Mũi Họng trang bị các “vũ khí” phòng chống bệnh cảm cúm thông qua sự hướng dẫn sâu và rộng về các nguyên nhân, triệu chứng, diễn tiến của cảm



[- XEM VIDEO CHƯƠNG TRÌNH](#)

cúm cũng như các bước phòng ngừa, điều trị hiệu quả, cách hạn chế bệnh lây lan trong cộng đồng. Đặc biệt, thông tin về 3 thành phần thuốc điều trị cho cảm cúm triệu chứng nhẹ như hắt hơi, sổ mũi/ nghẹt mũi, đau đầu/đau nhức mình mẩy (Phenylephrine, Paracetamol, Caffeine) và 6 thành phần thuốc điều trị cảm cúm triệu chứng nặng (3 thành phần trên và Noscapine, Terpine hydrate, Vitamin C để trị thêm ho, có đờm, đau họng) cũng được các





bác sĩ giới thiệu một cách dễ hiểu để các “bác sĩ trị cúm tại gia” chủ động xác định các triệu chứng cảm cúm khi mắc phải và chọn thuốc có thành phần phù hợp trong việc chăm sóc sức khỏe bản thân và gia đình.

Đây là một hoạt động thiết thực nhằm giúp người dân giảm bớt những nỗi lo về bệnh cảm cúm theo mùa cũng như nâng cao ý thức về nhận diện, phòng ngừa và điều trị bệnh hiệu quả để bản thân và gia đình an toàn và khỏe mạnh trong mùa cảm cúm. Chia sẻ tại ngày hội “Bác sĩ trị



Các chị em tham gia được khám mũi và họng miễn phí  
Cùng tham gia các trò chơi phân biệt các loại cảm cúm để có cách điều trị cho thích hợp

cúm tại gia” được tổ chức tại Hải Dương, chị Nguyễn Ngọc Hoa, một khách tham dự chương trình cho biết: “Tôi thấy chương trình rất thiết thực và bổ ích. Lâu nay cứ nghĩ cúm hay cảm



*mạo là bệnh nhẹ, không chữa cũng khỏi, nhưng từ khi tham gia chương trình, tìm hiểu và nắm được những kiến thức cơ bản về bệnh cúm, tôi mới “vỡ” ra nhiều thứ cũng rất bổ ích. Tôi đã ghi lại rõ khi nào thì sử dụng thuốc cảm cúm 3 thành phần, khi nào thì dùng thuốc cảm cúm 6 thành phần để bảo vệ gia đình tốt hơn trong mùa cảm cúm”.*

### **Các “bác sĩ trị cúm tại gia” cần làm gì?**

Tại buổi hội thảo, báo cáo viên của chương trình cho biết, hàng năm, nước ta có hàng triệu lượt người mắc bệnh cảm cúm (gồm cảm lạnh và cảm cúm). Tuy nhiên, khi gặp các triệu chứng như hắt hơi, sổ mũi, nghẹt mũi, đau đầu... người bệnh thường cho là cảm “xoàng” hoặc không nhận thức được hết toàn diện các triệu chứng nên không có ý thức điều trị đúng đắn hoặc điều trị không đúng cách. Chính vì sự chủ quan này mà bệnh đang từ thể nhẹ ban đầu có thể tiến triển nặng hơn và có những biến chứng như viêm xoang cấp, viêm tai giữa cấp, viêm phế quản... Đặc biệt, bệnh có khả năng lây lan rất cao khi người bệnh hắt hơi, ho do vi rút bị “phóng thích ra ngoài”.



Hội thảo “Phòng ngừa và điều trị cảm cúm” được bác sĩ giới thiệu và nhận được rất nhiều sự quan tâm của các chị em

Đứng trước thực trạng đó, các **“Bác sĩ trị cúm tại gia”** cần nâng cao ý thức về nhận diện, phòng ngừa và điều trị bệnh hiệu quả để bản thân và gia đình an toàn và khỏe mạnh trong mùa cảm cúm. Cụ thể là phải biết cách nhận biết đâu là cảm cúm thường và cảm cúm nặng và các triệu chứng của nó. Thông thường cảm cúm thường chỉ có 3 triệu chứng gồm hắt hơi, sổ mũi/nghẹt mũi, đau đầu, trong khi cảm cúm nặng hơn thì có đến 6 triệu chứng như sổ mũi, nghẹt mũi, đau đầu/đau nhức mình mẩy, ho, đau họng, có đờm...

Ngoài ra, các **“Bác sĩ trị cúm tại gia”** cũng nên học cách phòng ngừa cúm như tăng cường bổ sung vitamin bằng cách thêm trái cây trong bữa ăn, ngủ đủ giấc, giảm căng thẳng... và hạn chế lây lan bệnh cho những người xung quanh như vệ sinh tay, mang khẩu trang, sử dụng một số thuốc thông thường không cần kê toa để điều trị triệu chứng từ lúc bệnh mới chớm...

***Chương trình mang tính cộng đồng, không có giá trị đào tạo chuyên môn.***