

Cảm lạnh hay Cảm cúm?



Cảm lạnh rất phổ biến, gây ra bởi một trong 200 loại vi rút. Không có vắc xin cảm lạnh



Cảm cúm là bệnh do vi rút gây ra, có khả năng lây lan nhanh và nghiêm trọng hơn cảm lạnh. Đã có vắc xin phòng cúm

Các triệu chứng

	Cảm lạnh	Cảm cúm
Sốt	Hiếm gặp	Phổ biến
Ho	Phổ biến	Phổ biến
Đau họng	Phổ biến	Thỉnh thoảng
Mệt mỏi	Thỉnh thoảng	Phổ biến
Mất vị giác và/hoặc khứu giác	Thỉnh thoảng	Thỉnh thoảng
Đau nhức người	Không	Phổ biến
Đau đầu	Phổ biến	Phổ biến
Nghẹt mũi/ chảy nước mũi	Phổ biến	Thỉnh thoảng
Tiêu chảy	Không	Thỉnh thoảng (ở trẻ em)
Hắt hơi	Phổ biến	Không
Nôn	Hiếm gặp	Phổ biến ở trẻ em/ hiếm ở người lớn

Điều trị cảm lạnh và cảm cúm



Nghỉ ngơi nhiều



Tránh xa khói thuốc lá



Uống nhiều nước



Giữ ấm



Chế độ ăn lành mạnh



Xông hơi



Dùng paracetamol hoặc ibuprofen để giảm đau, hạ sốt



Dùng nước muối sinh lý dạng xịt hoặc thuốc thông mũi khi nghẹt hoặc chảy nước mũi



Dùng viên ngậm giảm đau họng



Không sử dụng thuốc ho cho trẻ em dưới 6 tuổi

Những sự thật về cảm lạnh và cảm cúm

- Bạn nghĩ:** Cảm cúm không phải một bệnh nghiêm trọng
- Thực tế:** Cảm cúm là bệnh lây lan nhanh và có thể đe dọa đến tính mạng
- Bạn nghĩ:** Bổ sung vitamin C có thể phòng ngừa cảm lạnh và cảm cúm
- Thực tế:** Chưa có bằng chứng nào cho rằng bổ sung vitamin C giúp phòng ngừa cảm lạnh và cảm cúm
- Bạn nghĩ:** Có thể bị cảm lạnh và cảm cúm khi thời tiết lạnh hoặc dính nước mưa
- Thực tế:** Cảm lạnh và cảm cúm do vi rút gây ra, không phải do thời tiết ẩm ướt hoặc lạnh

- Bạn nghĩ:** Có thể dùng kháng sinh để điều trị cảm lạnh và cảm cúm
- Thực tế:** Kháng sinh chỉ dùng điều trị nhiễm khuẩn, không dùng điều trị bệnh do vi rút gây ra
- Bạn nghĩ:** Người khỏe mạnh không cần tiêm vắc-xin
- Thực tế:** Người trên 6 tháng tuổi nên tiêm vắc-xin cúm hàng năm
- Bạn nghĩ:** Tiêm vắc-xin cúm trong thời gian mang thai có thể gây hại cho thai nhi
- Thực tế:** Vắc-xin phòng cúm an toàn cho phụ nữ có thai trong tất cả các giai đoạn của thai kỳ.

Đối tượng có nguy cơ cao mắc cảm cúm



Người già



Phụ nữ có thai



Những người đang có bệnh lý khác

Vắc-xin phòng cúm



Tiêm vắc-xin hàng năm là biện pháp tốt nhất để phòng ngừa cúm và các bệnh liên quan



Đến gặp bác sĩ, dược sĩ hoặc nhà cung cấp dịch vụ tiêm chủng