



# Bệnh Lyme

## Bệnh Lyme là gì?

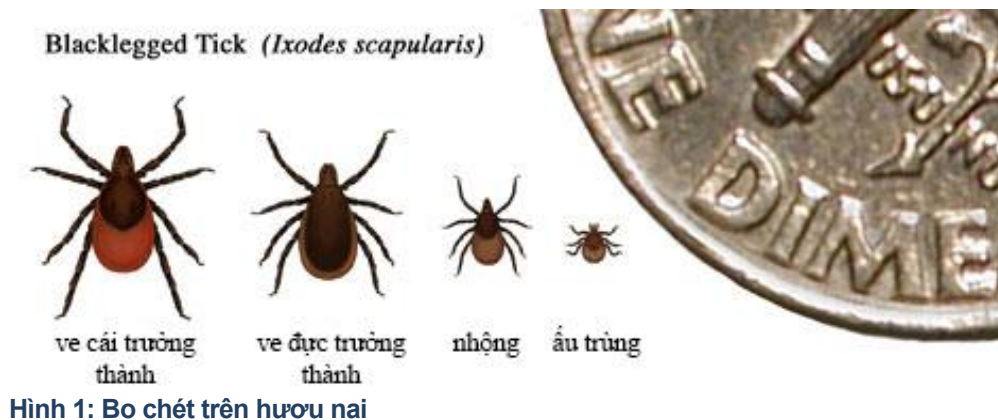
Bệnh Lyme là một căn bệnh do vi khuẩn gây ra lây truyền bởi các con bọ chét nhiễm bệnh sống trên cơ thể hươu nai truyền sang người và động vật. Bệnh này là bệnh lây truyền qua bọ chét được báo cáo thường xuyên nhất tại Hoa Kỳ.

## Bệnh Lyme tìm thấy ở đâu?

Tại Massachusetts, bọ chét trên hươu nai được tìm thấy ở khắp nơi nhưng đặc biệt là ở những khu vực ven biển, các đảo và Thung lũng sông Connecticut River. Tại khu vực Boston, người ta có thể tìm thấy bọ chét trong các khu vực nhiều cỏ, bụi rậm hoặc trong rừng. Thời điểm chứng bệnh này có khả năng lan mạnh nhất là giữa mùa xuân đến đầu mùa thu, khi bọ chét hoạt động mạnh nhất.

## Bệnh Lyme lây truyền như thế nào?

Bọ chét trên hươu nai bám chặt vào những loại cây gần mặt đất ở những nơi đầy bụi rậm, cây rừng, hoặc nhiều cỏ. Những con bọ chét này khá nhỏ và leo lên cơ thể động vật và những người chạm phải những cây đó. Những con bọ chét rất nhỏ, gọi là ấu trùng, chỉ bé như đầu chấm cuối câu, nhiễm vi khuẩn gây bệnh Lyme khi chích vào những con vật bị nhiễm bệnh. Những con bọ chét lớn hơn một chút, gọi là con nhộng, có kích thước bằng hạt cây anh túc, là loại có nhiều khả năng chích con người nhất. Những con bọ chét trưởng thành sống trên cơ thể hươu nai cũng có thể truyền bệnh, nhưng chúng không có nguy cơ cao bằng những con nhộng vì những con trưởng thành ít có khả năng chích người hơn vì chúng dễ nhìn và dễ bị gỡ ra. Những con bọ chét trên hươu nai có kích cỡ nhỏ so với một đồng xu:



Hình 1: Bọ chét trên hươu nai

Bọ chét sống trong vòng 2 năm và có thể lây nhiễm bệnh cho động vật cũng như con người. Không phải loài bọ chét nào cũng mang bệnh Lyme và bị bọ chét trên hươu nai chích không có nghĩa là quý vị chắc chắn sẽ mắc bệnh. Bọ chét thường phải bám dính trong ít nhất 24 giờ mới có thể truyền vi khuẩn, nên việc gỡ bọ chét ngay sau khi bị chích sẽ giảm nhiều khả năng quý vị mắc bệnh.

## Những triệu chứng của bệnh Lyme là gì?

### Giai đoạn đầu (nhiều ngày đến nhiều tuần):

Triệu chứng ban đầu của bệnh Lyme là thường mẩn đỏ ở nơi bọ chét bám dính. Mẩn đỏ xuất hiện trong khoảng từ 3 đến 30 ngày sau khi bị chích. Thường ban đầu là một vùng mẩn đỏ nhỏ, sau đó lan rộng dần và trắng ở giữa nên trong giống chiếc bánh donut. Tuy nhiên, mẩn đỏ có thể không phải luôn luôn có hình dạng như vậy. Các triệu chứng giống như cúm, như sốt, nhức đầu, cứng cổ, đau nhức cơ khớp, mệt mỏi và sưng hạch cũng thường xảy ra trong những giai đoạn khởi phát bệnh Lyme.

Mặc dù những triệu chứng ban đầu này thường tự khỏi sau một vài tuần, nhưng người đó có thể vẫn còn nhiễm bệnh. Ở một số người, mẩn đỏ có thể xuất hiện trở lại ở những vùng khác trên cơ thể và nhiều người sẽ có những vấn đề nghiêm trọng hơn. Việc điều trị sớm với thuốc kháng sinh có thể làm mất dần mẩn đỏ trong vài ngày và điều quan trọng là phải ngăn ngừa những vấn đề nghiêm trọng hơn xảy ra sau đó.

#### Những giai đoạn sau (nhiều tháng đến nhiều năm):

Những người mắc bệnh Lyme có thể có những triệu chứng muộn hơn ngay khi họ không bao giờ thấy nổi mẩn đỏ như bánh donut. Có đến 60% người mắc bệnh Lyme nhưng không được điều trị đã mắc chứng viêm khớp (sưng viêm các khớp), khởi rồi lại tái phát, thường ở đầu gối, khuỷu tay và cổ tay. Một số người không được điều trị gây ra những vấn đề về hệ thần kinh. Những vấn đề thông thường nhất gồm có viêm màng não (sưng viêm lớp màng não và tủy sống); yếu cơ mặt (Bell's palsy, hay chứng tê liệt thần kinh mặt); và yếu ớt, đau nhức, hoặc cả hai, ở tay, cánh tay, chân và/hoặc bàn chân. Những triệu chứng này có thể kéo dài nhiều tháng, thường chuyển từ nhẹ sang nặng. Trong trường hợp hiếm, bệnh Lyme cũng có thể làm tim bị ảnh hưởng làm thay đổi nhịp tim.

#### **Tôi phải làm gì nếu tôi thấy có bọ chét trên người tôi, người con tôi hoặc trên thú nuôi của tôi?**

Nhanh chóng dùng nhíp đầu nhọn gấp bỏ bọ chét:

- Không nên xoắn hoặc ép bọ chét, gấp bọ chét gần sát da và dùng sức giật thẳng ra. Không dùng những cách khác như diêm, mỡ petroleum jelly hay dầu hỏa.
- Lau chùi vùng da xung quanh vết chích bằng nước và xà bông hoặc chất khử trùng.
- Đánh dấu ngày và vị trí bị chích để xem lại sau này.
- Nếu quý vị bị mẩn đỏ, hãy đi bác sĩ.

#### **Điều trị bệnh Lyme như thế nào?**

Nhanh chóng điều trị những triệu chứng ban đầu bằng các loại thuốc kháng sinh nhất định là một bước quan trọng nhằm ngăn ngừa những vấn đề nghiêm trọng hơn sau này. Nói chuyện với bác sĩ của quý vị về việc điều trị bệnh Lyme.

#### **Có vắc xin ngừa bệnh Lyme cho người không?**

Hiện không có vắc xin ngừa bệnh Lyme cho người.

#### **Tôi có thể phòng ngừa bệnh Lyme như thế nào?**

Cách tốt nhất để phòng ngừa bệnh Lyme là tránh những vùng có thể có nhiều bọ chét trên hươu nai. Nói chung quý vị có thể hạn chế số lượng bọ chét ở mức thấp nhất bằng cách hạn chế cây cối um tùm và bóng râm, cắt cỏ thường xuyên, quét dọn lá và tĩa cây bụi và cây cối. Những cách đề phòng khác:

- Mặc áo tay dài và quần dài, nhét ống quần vào trong vớ.
- Mặc áo quần màu sáng sẽ giúp quý vị thấy bọ chét bám vào áo quần trước khi chúng bám đến da.
- Luôn đi giữa đường khi quý vị vào những khu cây cối rậm rạp.
- Thoa thuốc chống côn trùng có chứa DEET trên da trần. Đọc kỹ nhãn thuốc. Sử dụng sản phẩm với không quá 30% DEET. Không thoa thuốc chống côn trùng lên trẻ sơ sinh. Rửa sạch da bằng nước và xà bông sau khi vào nhà.
- Có những sản phẩm chống côn trùng khác được EPA phê chuẩn sử dụng đối với bọ chét ngoài DEET. Xin truy cập <http://www2.epa.gov/insect-repellents/find-insect-repellent-right-you> để tìm đúng loại thuốc chống côn trùng phù hợp với quý vị.
- Luôn tự kiểm tra bản thân và con cái quý vị để tìm bọ chét dính trên da sau khi đến những khu vực có rủi ro cao.

