

## KẾ HOẠCH BUỔI TRUYỀN THÔNG GIÁO DỤC SỨC KHỎE

- Chủ đề truyền thông: **Phòng bệnh Cúm mùa**
- Đối tượng truyền thông:  Sinh viên  CBQL, GV, NV
- Nguồn tài liệu: Tài liệu chuyên môn
- Thời gian thực hiện: .../.../2025
- Địa điểm: Trường Cao Đẳng Bách Khoa.

Mục tiêu của buổi truyền thông	Nội dung truyền thông	Số người được truyền thông	Phương pháp truyền thông	Phương tiện và tài liệu	Người làm chính/ Người phối hợp	Cách kiểm tra, đánh giá kết quả
Sau buổi truyền thông: - Có 95% giảng viên và sinh viên được các nội dung cơ bản	<p><b>1. Bệnh Cúm mùa là gì?</b></p> <p><b>Virus cúm</b> là nguyên nhân gây ra các bệnh về đường hô hấp với các triệu chứng như sốt, đau nhức đầu và cơ thể, có ho, nghẹt mũi hoặc chảy nước mũi, bệnh có thể tiến triển thành các bệnh nhiễm trùng nghiêm trọng khác.</p> <p><b>Virus cúm (Influenza virus)</b> thuộc họ Orthomyxoviridae, có thể lây nhiễm từ người sang người, được phân thành ba nhóm chính: A, B và C. Trong đó,</p>	..... người	Truyền thông trực tiếp và gián tiếp	- Tài liệu truyền thông.	- Nhân viên y tế: 01 người.	Hỏi đáp

	<p>nhiễm virus cúm A là nghiêm trọng hơn cả và có thể tạo thành dịch bệnh.</p> <p><b>2. Triệu chứng:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Sốt trên 38 độ C.</li> <li>- Mệt mỏi, đau đầu.</li> <li>- Ho khan, nghẹt mũi, viêm họng.</li> </ul> <p><b>3. Đường lây truyền:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Qua các giọt nhỏ nước bọt hay dịch tiết mũi họng do hắt hơi (Có xu hướng lan rộng thành dịch)</li> </ul> <p><b>4. Biến chứng nguy hiểm:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Suy hô hấp, viêm phổi, hen phế quản.</li> <li>- Suy tim, suy giảm miễn dịch, nhiễm trùng huyết ...</li> </ul> <p><b>5. Đối tượng nguy cơ cao:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Đối tượng phụ nữ mang thai, biến chứng có thể gây sảy thai hoặc bệnh lý thai nhi trong 3 tháng đầu thay kỳ.</li> </ul> <p><b>6. Điều trị:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Điều trị triệu chứng tại nhà bằng một số loại thuốc theo hướng dẫn của bác sĩ như: thuốc hạ sốt, thuốc ho ...</li> </ul>					
--	---	--	--	--	--	--

	<p>- Nếu các triệu chứng kéo dài hơn 1 tuần, sốt cao kéo dài, ho nhiều, tức ngực, khó thở ... thì đến ngay cơ sở y tế gần nhất để điều trị.</p> <p><b>7. Các biện pháp phòng bệnh:</b></p> <p>- Che miệng và mũi khi ho và hắt hơi, che bằng khăn vải, khăn tay, khăn giấy dùng một lần hoặc ống tay áo để giảm phát tán các dịch tiết đường hô hấp.</p> <p>- Đeo khẩu trang nơi tập trung đông người, trên các phương tiện giao thông công cộng; Thường xuyên rửa tay bằng xà phòng và nước sạch hoặc dung dịch sát khuẩn tay (sau khi ho, hắt hơi). Không khạc nhổ bừa bãi nơi công cộng.</p> <p>- Hạn chế tiếp xúc với người mắc bệnh cúm hoặc các trường hợp nghi ngờ mắc bệnh khi không cần thiết.</p> <p>- Thực hiện lối sống lành mạnh; ăn thức ăn đủ chất dinh dưỡng để ngăn ngừa nhiễm virus cúm; tăng cường vận động thể lực, nâng cao sức khỏe.</p> <p>- Tiêm vắc xin cúm mùa phòng bệnh.</p>					
--	--	--	--	--	--	--

**DUYỆT CỦA BCSSK SINH VIÊN  
TRƯỞNG BAN**

*HN, ngày tháng năm*

**Người lập kế hoạch**

*(Ký, ghi rõ họ và tên)*

