

KẾ HOẠCH

BUỔI TRUYỀN THÔNG GIÁO DỤC SỨC KHỎE

- Chủ đề truyền thông: **Phòng chống bệnh Đau mắt đỏ**
- Đối tượng truyền thông: SV CBQL, GV, NV
- Nguồn tài liệu: HCDC Hồ Chí Minh, 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 90% CBGVNV và sv nắm được các nội dung cơ bản	<p>1. Hướng dẫn chăm sóc khi mắc bệnh:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Bệnh đau mắt đỏ do vi-rút rất dễ lây lan từ người này sang người khác và không có biện pháp điều trị đặc hiệu. - Hầu hết các trường hợp đau mắt đỏ do vi-rút đều nhẹ. Nhiễm trùng thường sẽ hết sau 7 đến 10 ngày mà không cần điều trị và không có bất kỳ hậu quả lâu dài nào. Tuy nhiên, trong một số trường hợp, có thể mất từ 2 đến 3 tuần hoặc hơn để khỏi. Nếu các triệu chứng kéo dài hơn thế, bạn nên đến gặp bác sĩ nhãn khoa. người	Truyền thông trực tiếp và gián tiếp	<ul style="list-style-type: none"> - Tài liệu truyền thông. - Tờ rơi truyền thông. - Bộ câu hỏi lượng giá. - Phát thanh học đường. - Video clip. 	<ul style="list-style-type: none"> - Nhân viên y tế: 01 người. - GVCBNV 	Hỏi sv

<p>2. Các biện pháp hỗ trợ điều trị đau mắt đỏ:</p> <ul style="list-style-type: none">- Rửa mắt, giữ vệ sinh mắt sạch sẽ.- Về thuốc nhỏ mắt sử dụng trong bệnh đau mắt đỏ, người mắc bệnh có thể dùng nước muối sinh lý (natri clorua 0,9%) hoặc nước cất để rửa mắt.- Chườm lạnh bằng cách đắp một chiếc khăn ướt, mát lên mắt trong các trường hợp mắt phù nề sưng tấy đỏ.- Những người bị viêm kết mạc đang hoạt động có thể sử dụng kính bảo hộ tối màu để giúp giảm chứng sợ ánh sáng và ngăn ngừa việc chạm vào mắt thường xuyên. <p>3. Lời khuyên phòng tránh lây nhiễm đau mắt đỏ: Đau mắt đỏ rất dễ lây từ người sang người. Hãy làm theo những lời khuyên này để không lây nhiễm cho người khác hoặc lây nhiễm cho chính mình.</p> <ul style="list-style-type: none">- Sử dụng khăn hoặc khăn giấy sạch mỗi lần lau mặt và mắt.- Dùng khăn mặt riêng.					
---	--	--	--	--	--

<ul style="list-style-type: none"> - Rửa tay thường xuyên với xà phòng, nhất là trước và sau khi ăn, sau khi đi vệ sinh hoặc sau khi ho, hắt hơi. - Cố gắng không chạm tay vào mắt. Nếu chạm, hãy rửa tay ngay lập tức. - Không trang điểm mắt khi mắt đang bị nhiễm trùng. - Không nên đeo kính áp tròng cho đến khi hết viêm kết mạc <p>4. Những điều không nên làm khi bị đau mắt đỏ</p> <ul style="list-style-type: none"> - Không giữ vệ sinh mắt và vệ sinh cá nhân. - Tự ý sử dụng thuốc nhỏ có chứa corticoid hay những thuốc chưa rõ thành phần vào mắt. Điều này không những không có tác dụng mà còn làm tổn thương nặng hơn, kéo dài thời gian bệnh và lây lan của bệnh, tăng nguy cơ nhiễm trùng. <p>5. Khi nào cần đi khám bác sĩ?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Khi thấy đau ở mắt hoặc có vấn đề khi nhìn. - Khi thấy nhạy cảm với ánh sáng (thấy khó chịu khi nhìn vào nguồn ánh sáng mạnh). - Khi triệu chứng kéo dài cả tuần hoặc hơn, hoặc triệu chứng không bớt mà ngày càng tệ. 					
---	--	--	--	--	--

	<ul style="list-style-type: none">- Khi mắt ra rất nhiều mủ hoặc ghèn.- Khi bạn có triệu chứng khác của nhiễm trùng như sốt hoặc đau nhức.					
--	---	--	--	--	--	--

**DUYỆT CỦA BCSSK HỌC SINH
TRƯỞNG BAN**

Hà Nội, ngày 09 tháng 11 năm 2025

Người lập kế hoạch
(Ký, ghi rõ họ và tên)

