



***Côn Trùng và Bọ Ve Cắn Có Thể
Gây Khó Chịu và Ảnh Hưởng Đến
Sức Khỏe Áp Dụng Biện Pháp
Phòng Ngừa để Giảm Nguy Cơ
Mắc Bệnh Truyền Nhiễm từ Côn
Trùng và Bọ Ve.***

NHỮNG ĐIỀU BẠN CẦN BIẾT VỀ VIỆC:

**Lựa chọn Thuốc Đuổi Côn Trùng
Sử Dụng Thuốc Đuổi Côn Trùng Đúng Cách
Giảm Nguy Cơ Mắc Bệnh Truyền Nhiễm
từ Côn Trùng và Bọ Ve**

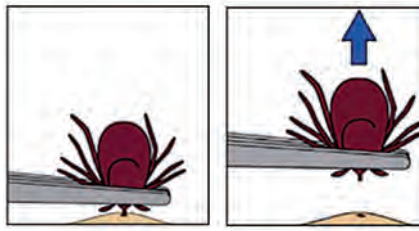
*Chương trình giáo dục quần chúng thuộc Hiệp Hội Sản
Phẩm Đặc Biệt của Người Tiêu Dùng*

Bọ Ve và Côn Trùng có Khả Năng Cắn/Chích Hiên Diện khắp Mọi Nơi

Muỗi, bọ ve, bọ chét và rận sinh sống trong nhà, ngoài vườn, và ở nhiều nơi khác mà chúng ta mỗi ngày thường lui tới.

Để giảm bớt tỷ lệ côn trùng và bọ ve cắn/chích và khả năng tiếp xúc những bệnh truyền nhiễm mà chúng mang theo, các chuyên gia có những khuyến cáo như sau:

- Sử dụng thuốc đuổi côn trùng có chứa thành phần hoạt chất có đăng ký qua EPA như DEET, cẩn thận làm theo các chỉ dẫn ghi trên nhãn.
- Tránh vào những nơi có cây cối rậm rạp, cỏ mọc cao, và nước đọng.
- Mặc quần áo màu sáng để không thu hút muỗi, và để giúp bạn dễ dàng phát hiện được bọ ve.
- Biện pháp phòng ngừa bọ ve bổ sung:
 - Nên mặc áo tay dài, cổ cao và quần dài ống túm. Bỏ áo vào thùng, và nhét ống quần bên trong vớ hoặc giấy cao ống.
 - Cơ Quan Kiểm Soát và Phòng Ngừa Dịch Bệnh (CDC) khuyến cáo sử dụng thuốc đuổi côn trùng có nồng độ DEET ít nhất 20% để đuổi bọ ve công hiệu trong nhiều giờ.
 - Những loại thuốc đặc biệt dùng để xịt lên quần áo cũng rất công hiệu nhưng đừng xịt chúng lên da. Tuân theo chỉ dẫn ghi trên nhãn khi sử dụng vì đây là loại thuốc trừ sâu, không phải thuốc đuổi côn trùng. Thuốc này côn trùng và bọ ve chạm vào sẽ chết.
 - Dò tìm bọ ve trên người trước khi bước vào nhà. Nhiều con chỉ nhỏ độ chừng đầu kim. Kiểm tra quần áo của bạn và xung quanh da đầu, gáy, sau tai và đầu gối, háng và nách. Vào nhà xong, đi tắm liền lập tức, và dò tìm bọ ve trên người thêm lần nữa.
 - Lập tức sấy quần áo ở độ "cao" để giết những con bọ ve còn bám vào quần áo. (Bọ ve vẫn sống trong máy giặt.)
 - Lấy nhíp gấp bọ ve ra. (Xem ảnh minh họa.) KHÔNG dùng dầu bôi trơn, quẹt diêm, nước rửa chén hoặc các phương pháp không thích hợp khác. Giết bọ ve bằng cách bỏ chúng vào lọ cồn.
- Săn sóc vết cắn/chích của côn trùng và bọ ve bằng thuốc súc ngoài da. Nếu da phát ban hay có triệu chứng như cảm cúm trong vòng 14 ngày, phải tìm đến phương pháp chữa trị y tế.



Các Câu Hỏi Thường Gặp

DEET là gì?

DEET (N, N-diethyl-m-toluamide) là một thành phần hoạt chất có trong các loại thuốc đuổi côn trùng phổ biến. Hoạt chất này đã được đăng ký qua Cơ Quan Bảo Vệ Môi Trường Hoa Kỳ (EPA). Nó đã được sử dụng trên 60 năm nay và là một trong những thành phần sản phẩm tiêu dùng đã được nghiên cứu rất đầy đủ đang có trên thị trường hiện nay.

Đăng ký qua cơ quan EPA nghĩa là gì?

Đăng ký được chấp thuận sau khi EPA xác định rằng các thành phần hoạt chất trong sản phẩm đuổi côn trùng đáp ứng được các tiêu chuẩn về hiệu quả và không gây tổn hại đến sức khỏe hoặc môi trường khi sản phẩm được dùng đúng theo hướng dẫn ghi trên nhãn.

DEET được dùng phổ biến ra sao?

Người tiêu dùng sử dụng sản phẩm có chứa DEET trong nhiều thập kỷ qua, với hàng tỷ lần sử dụng. Hàng năm có khoảng 30 phần trăm người Mỹ sử dụng thuốc đuổi muỗi có chứa DEET.

Nếu muốn đuổi muỗi thì tôi cần DEET có nồng độ bao nhiêu?

Sử dụng thuốc đuổi côn trùng

NÊN LÀM

- Xịt đều lên nơi da trần, và, để phòng ngừa bọ ve, xịt lên quần áo theo chỉ dẫn ghi trên nhãn sản phẩm. (Sử dụng bình bơm, hoặc bình xịt để xịt lên da và quần áo.) Xịt trực tiếp lên da - không nên xịt tùm lum quanh mình. Dùng loại thuốc ở dạng lỏng, dạng kem, dạng thuốc bôi trơn, khăn giấy hoặc loại gậy để thoa lên phần da trần được đều và chính xác hơn.
- Thoa đều lên phần da trần.
- Sau khi hoạt động ở ngoài trời, rửa phần da nơi xịt thuốc bằng nước và xà phòng
- Luôn luôn giữ thuốc đuổi côn trùng ngoài tầm với của trẻ nhỏ.
- Súc thuốc cho trẻ em bằng cách xịt vào tay mình rồi sau đó thoa đều lên phần da trần của trẻ.

Thuốc đuổi côn trùng chứa DEET hiện có bán ở nhiều nồng độ khác nhau từ năm phần trăm (5%) cho tới một trăm phần trăm (100%). Nồng độ càng cao thời lượng công hiệu càng lâu. Dùng loại có nồng độ tương ứng với thời lượng ở ngoài trời mà bạn có thể ước tính. Sản phẩm với 5 phần trăm có công hiệu trong khoảng một tiếng hơn, trong khi loại có 30 phần trăm thì có thể kéo dài đến 8 tiếng, và còn tùy vào nhiều yếu tố khác.

Cần nồng độ bao nhiêu để chống lại bọ ve?

CDC khuyến cáo chỉ nên dùng thuốc đuổi côn trùng có chứa DEET, lưu ý rằng nồng độ càng cao (20% hoặc hơn) thì thuốc có công hiệu càng lâu.

Làm sao để biết nồng độ DEET có trong sản phẩm là bao nhiêu?

Mỗi loại sản phẩm đều có một danh sách thành phần cho biết hàm lượng ("nồng độ") DEET (tính theo phần trăm) có trong sản phẩm đó. Danh sách này thường ở mặt trước của sản phẩm.

Tôi có thể cùng lúc dùng thuốc đuổi côn trùng có chứa DEET và thuốc chống nắng hay không?

Được. CDC khuyến nên thoa kem chống nắng trước. Khi kem khô thì xịt thêm thuốc đuổi côn trùng. Thoa thêm kem chống nắng nếu cần. Chỉ nên xịt thêm thuốc đuổi côn trùng khi bạn bắt đầu bị cắn/chích trở lại.



KHÔNG NÊN LÀM

- Không xịt vào mắt, môi, miệng hoặc thoa lên vết cắt, vết thương hoặc nơi da bị kích ứng.
- Không làm sũng ướt hoặc xịt quá nhiều lên tay hay quần áo. Nhiều quá không tốt.
- Không nên xịt lên phần da bên dưới quần áo, trừ những nơi vải mỏng muỗi có thể chích xuyên qua.
- Không nên súc nhiều lần hơn chỉ dẫn ghi trên nhãn.
- Tránh không súc thuốc vào tay trẻ nhỏ vì chúng thường đưa tay vào miệng và/hoặc dụi mắt.





Vài mọ nhỏ dành cho Phụ Huynh

- Không nên xịt thuốc đối côn trùng tùm lum lên người trẻ nhỏ. Thay vào đó, xịt thuốc vào tay rồi xoa đều lên chỗ da trần của trẻ nhỏ. Không cần thoa ở phần da bên dưới quần áo. Làm theo chỉ dẫn ghi trên nhãn.
- Không nên xịt thuốc đuổi côn trùng vào miệng, tay hoặc mắt của trẻ nhỏ.
- Trữ thuốc đuổi côn trùng ngoài tầm với của trẻ nhỏ. Trẻ em không nên tự mình xịt thuốc chống muỗi côn trùng lên người hoặc vào người khác cho đến khi chúng đọc được và hiểu những chỉ dẫn ghi trên nhãn sản phẩm.
- Đừng ý y rằng côn trùng không cắn/chích trẻ nhỏ chỉ vì chúng không cắn/chích bạn. Bạn nên xịt thêm thuốc đuổi côn trùng cho trẻ nhỏ, nếu cần.
- Luôn luôn dò tìm vết cắn của bọ ve và côn trùng trên người trẻ nhỏ sau khi ở ngoài trời.
- Chỉ nên dùng thuốc đuổi côn trùng ở mức vừa phải, và cần áp dụng thêm một số biện pháp phòng ngừa bổ sung. (Xem thêm vài mọ nhỏ trong cuốn sách nhỏ này trong phần "Bọ Ve và Côn Trùng có Khả Năng Cắn/Chích Hiện Diện Khắp Mọi Nơi.")

Chuyên Gia Khuyến Cáo

- Các chuyên gia khuyên nên dùng thuốc đuổi côn trùng có chứa thành phần hoạt chất DEET để giúp phòng ngừa bị cắn/chích bởi các loài côn trùng và bọ ve có chứa mầm bệnh như West Nile sốt, zika, bệnh Lyme, và sốt ban Rocky Mountain. (Đọc thêm khuyến cáo của chuyên gia ở trang www.deetonline.org)
- Học Viện Nhi Khoa Hoa Kỳ công bố hướng dẫn năm 2003, cho biết rằng các sản phẩm chứa 30% DEET có thể sử dụng trên trẻ em khoảng hai tháng tuổi.

Du Lịch Ngoại Quốc

Du khách khi rời khỏi Hoa Kỳ có thể tiếp xúc nhiều loại bệnh truyền từ côn trùng và bọ ve bao gồm sốt rét, chikungunya, sốt xuất huyết và các bệnh khác lây truyền từ muỗi và bọ ve. Vi rút Zika đặc biệt nguy hiểm đối với thai nhi. Các phòng thông tin du lịch có nhiều thông tin phòng chống dịch bệnh rất có giá trị. Du khách nên sử dụng chất đuổi côn trùng có chứa hoạt chất DEET trong suốt chuyến đi và tuân theo những hướng dẫn khác của CDC để có biện pháp bảo vệ bản thân. www.cdc.gov/zika

Bệnh Truyền Từ Bọ Ve

Bọ ve có thể mang nhiều mầm bệnh nguy hiểm gây ra một số vấn đề sức khỏe (mãn tính) vĩnh viễn và đôi khi có thể gây tử vong nếu không được điều trị kịp thời. Theo Trung Tâm Kiểm Soát và Phòng Ngừa Dịch Bệnh (CDC), gần 300.000 ca bệnh Lyme được báo cáo hàng năm ở Hoa Kỳ. Mầm bệnh, anaplasmosis và babesiosis, được tìm thấy ở loại bọ ve sống trên hươu nai. Một số bọ ve khác mang mầm bệnh gây sưng màng óc Rocky Mountain, ehrlichiosis, tularemia và/hoặc một số loại bệnh khác truyền từ bọ ve gần đây mới được phát hiện.



Bọ ve, muỗi hay nhiều loại côn trùng nhiễm bệnh khác cắn/chích có thể tiêm vi rút, vi khuẩn và ký sinh trùng vào người bạn.

Những sinh vật gây bệnh này có thể gây phát ban, sốt, nôn mửa, co giật, liệt, tổn thương não vĩnh viễn, và đôi khi tử vong. Đối với vi rút Zika, phòng ngừa tránh bị muỗi chích là biện pháp quan trọng nhất để phòng ngừa những rủi ro thảm khốc đối với trẻ sơ sinh khi người mẹ



bị nhiễm trong thời kỳ mang thai. Vì vậy, áp dụng các biện pháp bảo hộ được khuyến nghị trong tài liệu này là bước quan trọng đầu tiên trong việc giữ cho gia đình bạn khỏe mạnh và hạnh phúc. **Vui lòng vào www.deetonline.org để biết thêm chi tiết.**

Nhiều loại bệnh truyền từ bọ ve có thể được điều trị hiệu quả bằng kháng sinh nếu được phát hiện sớm, nhưng các chuyên gia y tế khuyến cáo rằng phòng ngừa là cách bảo vệ tốt nhất cho bạn và gia đình bạn. Để biết thêm thông tin, hãy truy cập www.cdc.gov/ticks/diseases/ hoặc www.deetonline.org. Bản đồ cho thấy những nơi có các loại bệnh phổ biến truyền từ bọ ve.

Bệnh Truyền từ Muỗi

Muỗi mang nhiều mầm bệnh nguy hiểm, đôi khi có thể gây tử vong – trong số này gồm có bệnh sốt West Nile, Zika, sốt rét, viêm não ngựa miền đông, sốt xuất huyết và sốt vàng da. Theo Trung Tâm Kiểm Soát và Phòng Ngừa Dịch Bệnh (CDC), số lượng các ca nhiễm bệnh từ muỗi mỗi ngày một tăng. Vi rút West Nile hiện nay đã có mặt trên khắp Hoa Kỳ (48 tiểu bang phía Nam). Vi rút Zika thường được tìm thấy ở các vùng nhiệt đới và cận nhiệt đới trên thế giới, càng ngày lại càng có nhiều ca được báo cáo ở Hoa Kỳ. Hiện nay vẫn chưa có vắc-xin ngăn ngừa những loại bệnh truyền từ muỗi, cũng như chưa có phương pháp chữa trị, vì thế điều quan trọng là bạn phải có trách nhiệm bảo vệ bản thân và gia đình của bạn.

www.cdc.gov/ncidod/diseases/list_mosquitoborne.html



Miễn trừ trách nhiệm: Chỉ với mục đích cung cấp thông tin. Nội dung trình bày không phản ánh sự thừa nhận hay phê chuẩn của CDC hay EPA dưới bất kỳ hình thức nào.

CSPASM
Consumer Specialty Products Association

Để biết thêm chi tiết, xin liên lạc:

Chương Trình Giáo Dục DEET
1667 K St. NW, Suite 300, Washington, D.C. 20006
1-888-NO-BITES (662-4837)

www.DEETonline.org