



Hãy chú ý đến những bệnh truyền nhiễm này khi ra nước ngoài!

Dưới đây là một số ví dụ về các bệnh truyền nhiễm cần lưu ý khi đi nước ngoài.

Bệnh Sởi

Khu vực bùng phát:
Toàn thế giới
(đặc biệt là Châu Á, Châu Phi, Châu Âu)

Phương pháp phòng ngừa:
Tiêm vắc-xin phòng bệnh sởi.

Sốt rét

Khu vực bùng phát:
Các vùng nhiệt đới và cận nhiệt đới.

Phương pháp phòng ngừa:
Sử dụng thuốc xịt/kem chống muỗi; Mặc áo dài tay, quần dài; Dùng nhang muỗi, màn chống muỗi khi ở trong nhà; Uống thuốc phòng sốt rét.

Bệnh dại

Khu vực bùng phát:
Toàn thế giới
(đặc biệt là Châu Á, Châu Phi)

Phương pháp phòng ngừa:
Tiêm vắc-xin phòng bệnh dại, không tiếp xúc bữa bãi với chó hoặc động vật hoang dã.

Hội chứng hô hấp Trung Đông

Khu vực bùng phát:
Toàn thế giới (đặc biệt là Châu Á, Châu Phi)

Phương pháp phòng ngừa:
Tránh tiếp xúc với lạc đà một bướu, không uống sữa lạc đà chưa tiệt trùng.

Viêm gan (loại A và E)

Khu vực bùng phát:
Toàn thế giới (đặc biệt là những nơi hệ thống cấp nước chưa được cải thiện)

Phương pháp phòng ngừa:
Ăn thực phẩm nấu chín kỹ, không uống nước chưa đun sôi; Tiêm vắc-xin phòng ngừa viêm gan A.

Bệnh kiết lỵ

Khu vực bùng phát:
Toàn thế giới (đặc biệt là những nơi hệ thống cấp nước chưa được cải thiện)

Phương pháp phòng ngừa:
Ăn thực phẩm nấu chín kỹ, không uống nước chưa đun sôi.

Rubella

Khu vực bùng phát:
Toàn thế giới
(đặc biệt là Châu Á, Châu Phi)

Phương pháp phòng ngừa:
Tiêm vắc-xin phòng Rubella.

Sốt xuất huyết

Khu vực bùng phát:
Các vùng nhiệt đới và cận nhiệt đới.

Phương pháp phòng ngừa:
Sử dụng thuốc xịt/kem chống muỗi; Mặc áo dài tay, quần dài; Dùng nhang muỗi, màn chống muỗi khi ở trong nhà.

Cúm gia cầm

Khu vực bùng phát:
Châu Á, Châu Phi

Phương pháp phòng ngừa:
Tránh tiếp xúc với gia cầm tại nông trại, chợ, vườn thú.

Kiểm tra trước chuyến đi



Trang thông tin hữu ích trước khi xuất cảnh



Tra cứu cơ sở y tế thực hiện tiêm chủng phòng ngừa



Bộ Y tế,
Lao động và Phúc lợi



Bộ Ngoại giao



Trang thông tin kiểm dịch "FORTH"



Đừng quên đăng ký "Tabi Reji..."

Trước khi xuất cảnh, hãy đăng ký dịch vụ cung cấp thông tin an toàn ở nước ngoài "Tabi Reji" của Bộ Ngoại giao Nhật Bản. Chỉ cần đăng ký thông tin cần thiết, sẽ nhận được các thông tin mới nhất về dịch bệnh và an toàn tại điểm đến qua email miễn phí.

Kiểm tra!



たびレジ

Dịch vụ cung cấp thông tin an toàn tại nước ngoài qua email của Bộ Ngoại giao.

Thông tin liên hệ tư vấn tại tỉnh Yamaguchi được đăng tải trên trang chủ chính thức của tỉnh.



Tỉnh Yamaguchi

✓ Vui lòng kiểm tra trước, để có một chuyến đi vui vẻ!!

Phòng ngừa bệnh truyền nhiễm khi đi nước ngoài



Ở nước ngoài có rất nhiều bệnh truyền nhiễm không xuất hiện tại Nhật Bản. Để tránh mắc bệnh truyền nhiễm khi đi nước ngoài, điều quan trọng là phải trang bị kiến thức đúng đắn và biện pháp phòng ngừa phù hợp.

Tỉnh Yamaguchi



Trước khi đi

Tình hình dịch bệnh tại nơi đến

Kiểm tra trước chuyến đi!

Hãy tham khảo trang web chính thức của Bộ Y tế và các cơ quan liên quan để nắm bắt thông tin mới nhất.



Kiểm tra các loại vắc-xin đã tiêm



Đối với các bệnh có thể phòng ngừa bằng vắc-xin, hãy tham khảo ý kiến bác sĩ sớm và đảm bảo thực hiện các biện pháp phòng ngừa phù hợp.

Tiêm vắc-xin khi cần thiết



Danh sách kiểm tra trước chuyến đi



- ☐ Đã tìm hiểu các bệnh có khả năng lan truyền tại địa phương.
- ☐ Đã tìm hiểu các bệnh đang lưu hành hiện nay tại địa phương.
- ☐ Đã tìm hiểu các biện pháp cần thiết để phòng chống các bệnh đó.
- ☐ Đã chuẩn bị đầy đủ trang thiết bị cần thiết.
- ☐ Đã tiêm các loại vắc-xin cần thiết.



Trong khi đi

Các biện pháp phòng chống bệnh truyền nhiễm...



Rửa tay thường xuyên

Hãy rửa tay trước khi ăn. Trong trường hợp không có nước sạch, hãy sử dụng dung dịch sát khuẩn tay chứa cồn.

Chú ý đến thực phẩm và đồ uống

Tránh uống nước lã, đá, hoặc ăn trái cây đã cắt sẵn.

Chỉ nên ăn thực phẩm được nấu chín kỹ và có nguồn gốc đáng tin cậy.



Phòng chống muỗi và côn trùng

Nhiều bệnh có thể lây truyền qua muỗi đốt hoặc ve cắn. Hãy chú ý đến trang phục và sử dụng thuốc chống muỗi, chống côn trùng khi cần thiết.

Không tiếp xúc với động vật

Động vật có thể mang mầm bệnh gây ra triệu chứng nghiêm trọng cho con người. Không nên lại gần hoặc chạm vào động vật một cách tùy tiện.



• Tránh tiếp xúc gần gũi với những người có triệu chứng như ho, sốt hoặc phát ban.

• Hãy chú ý đến nguy cơ lây nhiễm qua đường tình dục.

Hãy phòng ngừa những nguy cơ có thể tránh được, để có thể tận hưởng một chuyến đi an toàn và vui vẻ.



Sau khi về nước

Khi trở về nước, nếu có triệu chứng bất thường, hãy đến trạm kiểm dịch

• Nếu có triệu chứng như sốt, ho, phát ban hoặc tiêu chảy, **hoặc cảm thấy không khỏe, hãy báo ngay cho nhân viên kiểm dịch** tại sân bay hoặc cảng.

• Nếu từng bị động vật cắn, muỗi đốt, hoặc có sự cố sức khỏe đáng lo ngại trong chuyến đi, cũng hãy tham khảo ý kiến của nhân viên kiểm dịch.



Sau khi về nhà, nếu có xuất hiện triệu chứng, hãy đến cơ sở y tế kiểm tra

Ngay cả khi không có triệu chứng vào lúc nhập cảnh, các triệu chứng có thể xuất hiện sau vài ngày đến vài tuần. Nếu tình trạng sức khỏe chuyển biến xấu đi, hãy nhanh chóng đến khám tại cơ sở y tế.

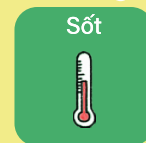
Lưu ý khi đi khám bệnh

Để tránh lây nhiễm cho người xung quanh, vui lòng báo trước qua điện thoại hoặc phương tiện khác rằng bạn vừa trở về từ nước ngoài, xác nhận xem có cần đi khám và cần lưu ý điều gì, sau đó tuân thủ theo hướng dẫn của bác sĩ.

Khi đi khám, hãy thông báo cho bác sĩ các thông tin sau:

- Quốc gia đã đến
- Thời gian lưu trú
- Tình hình ăn uống tại chỗ
- Hoạt động khi ở đó
- Tiếp xúc với động vật
- Lịch sử tiêm vắc-xin

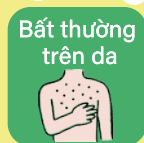
Các triệu chứng cần đặc biệt lưu ý



Sốt



Tiêu chảy



Bất thường trên da