



SỐ 113 (2015)

# Bản tin **SỨC KHỎE** BÀ RỊA - VŨNG TÀU



BÀ RỊA - VŨNG TÀU:  
**TĂNG CƯỜNG KIỂM TRA  
VỆ SINH AN TOÀN THỰC PHẨM**

SỞ Y TẾ BÀ RỊA - VŨNG TÀU  
**Trung tâm truyền thông - Giáo dục sức khỏe**

# Sức khỏe

## BÀ RỊA - VŨNG TÀU

Bản tin của Ngành Y tế  
tỉnh Bà Rịa - Vũng Tàu

Trụ sở tòa soạn:

TRUNG TÂM TRUYỀN THÔNG - GIÁO DỤC SỨC KHỎE

Số 31 Lê Lợi, phường 4, TP. Vũng Tàu

Điện thoại: (064) 3540740 - Fax: (064) 3540740

Website: www.t4gbrvt.org.vn

Email: t4gbrvt@gmail.com

### • CHỊU TRÁCH NHIỆM XUẤT BẢN:

BS: **VŨ VĂN HÙNG**  
Phó Giám đốc Sở Y tế

### • BAN BIÊN TẬP:

1. BS. **Vũ Văn Hùng**  
Phó Giám đốc Sở Y tế - Trưởng ban Biên tập

2. BS. **Nguyễn Văn Lân**  
Giám đốc Trung tâm TT-GDSK - Phó Trưởng ban

3. Cv. **Lê Thị Khánh**  
Trung tâm TT-GDSK - Thư ký

4. BS. **Trương Đình Chính**  
TP. NVY Sở Y tế - Biên tập viên

5. BS. **Trương Đình Trúc**  
TP. KHTH Sở Y tế - Biên tập viên

6. BS. **Nguyễn Việt Quang**  
TP.TCCB - Sở Y tế - Biên tập viên

7. BS. **Bùi Xuân Thy**  
Chánh văn phòng - SYT - Biên tập viên

8. BS. **Hà Văn Thanh**  
Giám đốc TTYTDP - Biên tập viên

9. BS. **Lê Tấn Cường**  
Hiệu trưởng Trường TCYT - Biên tập viên

### • TRÌNH BÀY: Nghĩa Quý

• Ảnh bìa 1: THẾ PHI

- Giấy phép xuất bản số:

01/2014/GP-XBBT do Sở TT&TT cấp ngày 16-1-2014

- Công ty Mỹ Thuật tổ chức thực hiện, thiết kế, chế bản  
Web: mythuatsungtau.com

- In 1.500 cuốn tại Công ty Mỹ thuật Vũng Tàu.

ĐT: 0913 957 486

## TRONG SỔ NÀY

Quản lý thực phẩm theo chuỗi an toàn thực phẩm:  
**Người tiêu dùng làm gì để đảm bảo an toàn trên mâm cơm**

Trang 3



Chiến dịch diệt lăng quăng phải chẳng cần linh hoạt về thời gian?

Trang 5

**Kết quả bước đầu đo lường sự hài lòng của người dân đối với dịch vụ y tế công tình Bà Rịa - Vũng Tàu năm 2015**

Trang 14



**Rong biển - thực phẩm quý, thuốc hay**

Trang 20



**Điều dưỡng Nguyễn Quốc Vinh - Gương sáng vườn xa**

Trang 29

## QUẢN LÝ THỰC PHẨM THEO CHUỖI AN TOÀN THỰC PHẨM

# Người tiêu dùng làm gì để đảm bảo an toàn trên mâm cơm

### “Mua thực phẩm sạch ở đâu?”

Các bà nội trợ đều đặt câu hỏi này nhưng tìm câu trả lời không dễ. Bởi vậy, nhiều người phải dáo dác tìm mua thực phẩm mọi nơi, mọi nguồn mà họ tin là sạch.

Hơn một năm nay, gia đình chị Nguyễn Thị Lan - một công chức sống ở Vũng Tàu - đã thử mua đủ thứ thực phẩm qua nhiều nguồn vì không biết loại nào là sạch. Ban đầu, chị đặt mua thịt heo được quảng cáo là heo của người dân tộc nuôi, không cho ăn cám tăng trọng. Một lần chị Lan mua 3kg thịt và xương dành ăn cả tuần, nhưng khi đem thịt ra chế biến thì chồng chị chê thịt có mùi hôi, chị đành phải bỏ cả chỗ thịt gần 500.000 đồng vào sọt rác.

“Ra chợ mua cửa hàng thịt bình thường, cả cô bán thịt heo nói ngay nhà cô ấy phải nấu nước sôi chần thịt rồi mới chế biến, kể cả nội tạng cũng phải chần, nếu không chần thì nước nấu thịt có mùi hôi”- chị Lan hoang mang kể.

Trong khi đó, tại Vũng Tàu, một số cửa hàng bán thực phẩm được quảng cáo là sạch thường thu hút khách hàng là người có thu nhập trung bình khá bởi giá cả của các loại thực phẩm này không rẻ.

Chị N. vốn cẩn thận, hay tìm hiểu nhiều, chị đặt mua từ cửa hàng bán rau hữu cơ sạch tại TP. Hồ Chí Minh, Chị N. băn khoăn tuy giá ở đây mắc nhưng chị vẫn chưa an tâm thực phẩm này có sạch không! Song vẫn chọn mua vì khi nấu, chị thấy chất lượng ngon hơn thực phẩm mua ở bên ngoài. Hay như chị N.T.H., 35 tuổi, ở P.7,



Đoàn kiểm tra liên ngành ATVSTP đang kiểm tra mặt hàng rau, củ, quả tại chợ Mới Tp. Vũng Tàu.  
Ảnh: THẾ PHI

chọn thực phẩm ở cửa hàng uy tín, đảm bảo “sạch” vì nghĩ nhà có trẻ em nên càng phải chọn thực phẩm kỹ.

Nhưng tất cả những sự lựa chọn trên đều chọn bằng niềm tin mà chưa có sự chứng nhận, kiểm định nào cho đó là thực phẩm sạch hay không hóa chất. Theo quy định, chỉ những sản phẩm đảm bảo an toàn mới được đưa ra thị trường. Tuy nhiên, không phải lúc nào một bó rau ngoài chợ hay những cơ sở “sạch” cũng có thể được kiểm soát có an toàn không ngoài những đợt kiểm tra định kỳ.

Nói về tình hình thực phẩm sạch trên thị trường, Bs. Tiêu Văn Linh-Chi cục Trưởng Chi cục An toàn vệ sinh thực phẩm tỉnh cho biết, đến nay đề án chuỗi thực phẩm an toàn đã hình thành được một hệ thống nông sản khép kín được kiểm soát chặt chẽ bởi các cơ quan chức năng, tức là mọi sản phẩm, hàng hóa nằm trong chuỗi đều đạt tiêu chuẩn sạch và an toàn nhờ được kiểm soát từ khâu con giống, thức ăn chăn nuôi, giết mổ, sơ chế

đến chế biến và cả trong quá trình sản xuất và lưu thông từ nơi sản xuất đến nơi tiêu thụ. Năm 2015 trên toàn tỉnh BR-VT đã khảo sát 379 cơ sở, trong đó chọn 70 cơ sở đủ điều kiện tham gia vào chuỗi thực phẩm an toàn. Đã có những sản phẩm của chuỗi có mặt tại siêu thị, các cửa hàng, tuy nhiên hiện nay thị phần thực phẩm theo chuỗi chưa nhiều.

### Để đảm bảo an toàn trên mâm cơm:

Khi nguồn thực phẩm của chúng ta càng ngày càng có tính toàn cầu hóa cao, thì các nguy cơ tiềm ẩn liên tục gia tăng. Thực phẩm có chứa những vi khuẩn, vi rút, ký sinh trùng hay chất hóa học có hại gây nên hơn 200 căn bệnh, từ bệnh tiêu chảy cho đến các loại ung thư. Bởi vậy, để tránh nguy cơ gây ảnh hưởng xấu tới sức khỏe của bản thân và gia đình, mỗi người hãy thực hành những nguyên tắc cơ bản được các chuyên gia khuyến cáo trong chế biến thực phẩm. Để thực phẩm an toàn hơn trên mâm cơm, Tô



Sản phẩm rau sạch của hợp tác xã rau an toàn Tiên Lợi. Ảnh: THẾ PHI

➡️ chức Y tế Thế giới (WHO) đưa ra năm hành động đơn giản mà mỗi cá nhân cần thực hiện để ngăn chặn bệnh tật xảy ra khi xử lý thức ăn:

**Giữ sạch:** Có thể tìm thấy nhiều các vi sinh vật nguy hiểm ở đất, trong nước, ở động vật và người. Những vi khuẩn này bám vào tay, khăn lau, đồ dùng nhà bếp, đặc biệt ở thớt và những tiếp xúc cực kỳ nhanh cũng có thể làm chúng lẫn vào thức ăn và là mầm bệnh trong thức ăn. Vậy chúng ta phải:

- Rửa tay thật sạch trước khi chế biến thức ăn.
- Rửa tay sau khi đi vệ sinh.
- Rửa sạch và thực hiện các bước vệ sinh cần thiết đối với đồ dùng chế biến thức ăn.
- Giữ gìn và bảo quản sạch sẽ thức ăn và nhà bếp khỏi côn trùng và các loài gây hại và các con vật khác.

**Tách riêng thực phẩm sống và chín:** Thực phẩm tươi sống đặc biệt là thịt gia súc, thịt gia cầm, đồ ăn hải sản và nước của các loại thực phẩm này có thể chứa vi khuẩn nguy hiểm và có thể lây truyền vào thực phẩm khác trong quá trình chế biến hoặc bảo quản. WHO khuyến cáo:

- Bảo quản riêng thịt gia súc, thịt gia cầm và đồ ăn hải sản với các thức ăn khác.

- Sử dụng riêng biệt các đồ dùng, dụng cụ nhà bếp như dao thớt khi chế biến thức ăn sống.

- Bảo quản thức ăn trong các hộp đựng thức ăn phù hợp, tránh để lẫn thực phẩm sống và thực phẩm đang chuẩn bị chế biến.

**Nấu kỹ thực phẩm:** Nấu nướng hợp vệ sinh có thể diệt được hầu hết các vi sinh vật nguy hại. Các nghiên cứu chỉ ra rằng nấu nướng thức ăn có thể đảm bảo an toàn khi được nấu ở nhiệt độ trên 70°C. Những thức ăn cần đặc biệt lưu ý khi chế biến là thịt băm, thịt nướng và thịt gia cầm. Chúng ta hãy tuân thủ nấu kỹ thực phẩm bằng cách:

- Cần phải nấu kỹ thức ăn, đặc biệt là thịt gia súc, thịt gia cầm, trứng và đồ ăn hải sản.
- Đảm bảo đun sôi, chín các món như súp, món hầm ở 70°C đối với thịt gia súc và thịt gia cầm, đảm bảo nước phải trong, không có màu hồng.
- Hâm nóng thật kỹ thức ăn đã nấu chín khi dùng.

**Giữ thực phẩm ở nhiệt độ phù hợp:** Vi khuẩn có thể phát triển rất nhanh nếu thực phẩm được bảo quản ở nhiệt độ thường. Bằng cách bảo quản thực phẩm ở nhiệt độ lạnh dưới 5°C và nấu chín thức ăn trên 60°C sẽ hạn chế hoặc diệt chết vi khuẩn. Một số vi khuẩn vẫn có thể sống được ở dưới nhiệt độ 5°C. WHO khuyến cáo:

- Không để thức ăn chín ở nhiệt độ trung bình nhiều hơn 2 tiếng đồng hồ.
- Bảo quản thức ăn chín và thức ăn/ rau quả dễ bị ôi thui ở nhiệt độ thích hợp (thường dưới 5°C).
- Đảm bảo thức ăn chín thật nóng trước ăn (trên 60°C).
- Không bảo quản thực phẩm quá lâu kể cả để trong tủ lạnh.
- Không để thực phẩm đông lạnh ở nhiệt độ thường.

**Sử dụng nước sạch và các thực phẩm tươi sống:** Tại sao chúng ta phải làm vậy? Nước chưa đun sôi và đá có thể chứa những vi khuẩn gây hại và các chất hóa học độc hại có thể xuất hiện và gây hại trong những thực phẩm đã lên men. Thân trọng trong việc lựa chọn thực phẩm tươi sống và áp dụng các bước vệ sinh cơ bản như rửa sạch và gọt vỏ rau quả cơ bản có thể giảm nguy cơ sản sinh. Hãy thực hiện các bước sau theo khuyến cáo của Tổ chức Y tế Thế giới:

- Sử dụng nước sạch hoặc xử lý nước sạch khi sử dụng.
- Lựa chọn thực phẩm tươi sống, lành và bổ.
- Lựa chọn thực phẩm được chế biến an toàn, chẳng hạn như sữa tiệt trùng.
- Rửa thật kỹ rau quả đặc biệt đối với các loại rau quả ăn sống.
- Không sử dụng thực phẩm quá hạn sử dụng.

Hãy luôn ghi nhớ khẩu hiệu:

**Có kiến thức chế biến thức ăn  
= Biết cách phòng chống nhiễm  
bệnh cho gia đình  
AN NHIÊN**

# Chiến dịch diệt lăng quăng phải chẳng cần linh hoạt về thời gian?

**B**ước vào thời điểm giữa mùa mưa, là thời điểm dịch sốt xuất huyết bùng phát mạnh nhất trong năm và đây cũng là thời điểm thích hợp nhất để ngành Y tế BR -VT ra quân chiến dịch diệt lăng quăng đợt II trên phạm vi toàn tỉnh.

Theo lịch phân công, đoàn giám sát chúng tôi xuống tận từng khu phố, từng nhà để hướng dẫn và thực hiện cùng người dân các biện pháp phòng bệnh sốt xuất huyết, nhưng có một sự thật là đi được đôi nhà lại gặp trường hợp vắng chủ, hỏi nhà bên cạnh mới biết: “Hôm nay là thứ 5, cô ấy đến trường dạy rồi, cô ấy là giáo viên mà”. Từ phía ngoài, chúng tôi ngóng qua ô cửa công vào trong thấy rõ mồn một cái chậu cây kiểng trước nhà đầy nước, xa hơn chút là rải vài cái chén đựng thức ăn cho vật nuôi mấp mé nước trên thành miệng, có lẽ đọng lại từ những cơn mưa hôm nào, và chẳng ai biết rằng nó còn đọng mãi nếu mùa mưa đang tiếp diễn như thế này. Trong môi trường đó, chúng tôi biết rõ là nguy cơ cho lăng quăng, muỗi sinh sống, phát triển và sinh sản, giả như có cô ấy ở nhà chúng tôi đã đi vào hướng dẫn và thẳng tay úp ngay những cái chén kia mà không phải suy nghĩ gì thêm, nhưng điều “giả như” đó sao mà thực hiện được khi trước mắt chúng tôi kính công cao tường thế kia. Đoàn lại tiếp tục đi đến hộ dân khác, khi vẫn cứ băn khoăn rằng: liệu trong nhà và cả sau vườn không ai biết có còn nhiều vật dụng khác chứa nước hay không?

“Đa số dân trong tổ khu phố này đều là cán bộ công chức, chúng ta đi vào ngày làm việc như thế này, thì việc cận với chủ nhà rất khó



*Kiểm tra lăng quăng trong dụng cụ chứa nước tại một hộ dân trên địa bàn BR-VT. Ảnh: THẾ PHI*

khăn, mặc dù chị đã có thông báo trước rồi, nhưng người ta bận đi làm không lẽ mình buộc người ta phải ở nhà đợi mở cửa”, chị nhân viên sức khỏe cộng đồng chia sẻ với chúng tôi khi dẫn chúng tôi đến một nhà lại không chủ.

Theo kế hoạch, mỗi năm BR-VT triển khai 2 đợt chiến dịch diệt lăng quăng vào ngày 20/ 5 và ngày 10/9, đây là thời điểm thích hợp để nâng cao ý thức của người dân phòng bệnh sốt xuất huyết khi mùa mưa đến, đó cũng là thời điểm quy ước đến hẹn lại đi hằng năm. Tuy nhiên qua thực tế, cái ngày quy ước đó lại có nhiều ý kiến thắc mắc: Tại sao thời gian chiến dịch diệt lăng quăng lại được ấn định bởi những ngày ngẫu nhiên trong tuần mà không phải chọn vào những ngày nghỉ cuối tuần?

“Tôi rất ủng hộ những chiến dịch diệt lăng quăng như thế này, nhưng tôi

thiết nghĩ nên tổ chức vào những ngày cuối tuần, vì những ngày bình thường những người cán bộ hành chính bận đi làm, bản thân tôi là hưu trí không đi làm nhưng có thể tranh thủ đi khám bệnh định kỳ vào ngày làm việc”, một Bác hưu trí giải thích rằng hôm nay bác ấy hoãn đi khám bệnh, có lẽ vì vậy chúng tôi may mắn được Bác tiếp đón vào nhà.

Theo sự ghi nhận từ cộng tác viên khu phố tại Vũng Tàu, trong các cuộc họp tổ chức các chiến dịch tại địa phương, thực tế cũng có nhiều ý kiến từ người dân, đặc biệt là đối tượng cán bộ công chức phản ánh là chiến dịch diễn ra vào các ngày đi làm nên họ không thể ở nhà mở cửa hưởng ứng chiến dịch được, mặc dù đã được biết lịch từ trước.

Chia sẻ về vấn đề này, Bs Lương Chính Thiên- phụ trách chương trình

*(Xem tiếp trang 18)*

# Tiềm ẩn nhiều mối nguy từ bánh Trung thu tự làm

## Bánh Trung thu handmade lên ngôi

Đạo quanh khu vực tập trung nhiều cửa tiệm bánh Trung thu trên đường Trần Hưng Đạo, Tp. Vũng Tàu vào giờ cao điểm nhưng các cửa hàng vẫn vắng hoe. Đang hí hoáy “đốt phong long” xả xui, thấy chúng tôi đến, chủ tiệm – anh Trần Thái Thụy vội vàng chạy tới đón đã chào mời. Sau khi biết rõ ý định của tôi là mua lồng đèn cho con, anh lộ vẻ hơi thất vọng nhưng vẫn rất nhiệt tình giới thiệu các loại bánh mà cửa hàng đang bán với lời hứa hẹn: “nếu em mua, anh sẽ để giá gốc cho, năm nay bánh ế quá em ạ”.

Cùng chung “nỗi niềm” với anh Thụy, Chị Đặng Thị Kim Dung- Chủ tiệm bánh trên đường Ba Cu cho biết: “Năm nay bánh bán chậm, một phần do kinh tế khó khăn, nhưng chủ yếu

là vì ngày càng có nhiều người tự làm bánh handmade để ăn và để tặng nên các cửa hàng bánh Trung thu đều ế ẩm”.

Có nhiều lý do khiến các bà nội trợ quyết định làm bánh Trung thu handmade.

Chị Dương Hải Châu – Phường Rạch Dừa, Tp. Vũng Tàu hồ hởi khoe trên facebook cá nhân những sản phẩm bánh Trung thu nhiều màu sắc, hình dáng chẳng kém gì bánh Trung thu bán trên thị trường do chị tự làm với lời chia sẻ: “Vây là mình đã có món quà ý nghĩa để tặng cho bạn bè và người thân trong dịp Trung thu này rồi. Bánh do mình tự làm vừa ý nghĩa, vừa đảm bảo chất lượng, ngon miễn chê”.

Khác với chị Châu, Chị Kim Anh, phường Nguyễn An Ninh, Tp. Vũng Tàu muốn tự làm bánh Trung thu vì:

“Tôi có 2 con nhỏ đang học tiểu học, tôi muốn thông qua việc phụ mẹ làm bánh, các cháu sẽ cảm nhận được đầy đủ ý nghĩa của cái Tết Trung thu cổ truyền...”.

Những tương chỉ ở khu vực thành phố, đời sống khá giả, và sẵn nguồn nguyên liệu chị em mới có điều kiện tự sản xuất bánh Trung thu tại nhà, nhưng tại một số quầy bánh tại Trung tâm huyện Đất Đỏ, huyện Long Điền cũng chung cảnh ngộ ế ẩm. Hỏi các chủ tiệm tại đây mới hay, hiện đang rộ lên phong trào mua bánh Trung thu tự làm theo hình thức “truyền miệng” và giới thiệu địa chỉ quen cho nhau. Trong đó hút khách nhất là các loại bánh trung thu làm từ thạch rau câu, vừa bắt mắt, giá thành lại rẻ, do đó bánh Trung thu truyền thống của các thương hiệu nổi tiếng bị ảnh hưởng đáng kể, sức mua giảm hẳn so với những năm trước.

## Bánh Trung thu handmade - tiềm ẩn nguy cơ mất ATTP:

Khi quyết định tự làm bánh Trung thu để ăn và biếu người thân, bạn bè, hầu hết các bà nội trợ đều có suy nghĩ bánh tự làm sẽ an toàn hơn so với bánh mua sẵn, không lo về chất bảo quản, phụ gia hay phẩm màu Trung Quốc... Tuy nhiên còn rất nhiều mối nguy cơ mất an toàn VSTP trong một chiếc bánh Trung thu tự làm mà không phải người nội trợ nào cũng có đủ kiến thức để nhận biết, vì ngoài công đoạn làm bánh, tất cả các nguyên vật liệu đầu vào đều phải mua sẵn về.



Đoàn kiểm tra liên ngành kiểm tra ATVSTP các cơ sở sản xuất và kinh doanh bánh Trung thu năm 2015. Ảnh: THẾ PHI



Kiểm tra một cơ sở sản xuất bánh Trung thu tự làm. Ảnh: THẾ PHI

Tại nhiều sạp hàng lớn trong chợ Vũng Tàu bày bán đầy đủ các loại bột, nhân bánh làm sẵn. Bột bánh dẻo có giá khoảng 60.000/kg, đóng thành từng túi nhỏ, bột bánh nướng (tùy từng loại) có giá từ 20.000 – 100.000/kg. Các nguyên liệu khác như mít bí, hạt dưa tách vỏ, vừng, lạc được đóng gói từ 100-200g cho khách dễ lựa chọn. Riêng nhân bánh vị đậu xanh, đậu đỏ, hạt sen được bán giá khoảng 60.000 – 80.000 đồng/kg. Hầu hết các nguyên liệu này được bày bán tràn lan mà không rõ nguồn gốc, xuất xứ, nhãn mác chung chung, không rõ ràng.

Mơ hồ về nguồn gốc, xuất xứ nguyên liệu làm bánh là tình trạng chung của các bà nội trợ. Như trường hợp chị Hải Châu, sau khi chia sẻ lên facebook về thành quả của mình, nhiều người comments hỏi về cách chế biến, nơi mua nguyên liệu...Chị cho biết: tất cả mua ở ngoài chợ. Và khi tôi hỏi: “Làm thế nào chị biết nguồn nguyên liệu làm bánh đảm bảo ATVSTP? thì câu trả lời của chị rất chung chung, đại khái: “mua của người quen, thấy họ dán bao bì, nhãn mác cũng đẹp nên yên tâm...”

Ngoài ra, do sản xuất thủ công nên các công đoạn khó có thể đảm bảo ATVSTP một cách toàn diện. Chưa kể cách bảo quản bánh Trung

thu cũng đòi hỏi phải có một trình độ kiến thức về lĩnh vực bảo quản thực phẩm nhất định. Nhiều người chọn cách để bánh vào túi hút chân không hoặc cho vào ngăn đá mà không biết cách làm này thực chất rất sai lầm. Hút chân không chỉ có tác dụng với thực phẩm khô (thực phẩm sẽ không biến đổi), còn riêng với Bánh Trung thu nếu hút chân không thì chính cái bánh sẽ tạo ra độ ẩm cho môi trường đó, khiến vi khuẩn và nấm mốc vẫn hoạt động bình thường. Còn cho vào ngăn đá tủ lạnh bánh sẽ bị giảm chất lượng đáng kể. Như trường hợp chị Kim Anh, vốn tính cẩn thận nên tất cả nguyên liệu chị đều mua từ một cửa hàng chuyên bán đồ ngoại nhập trên đường Trần Hưng Đạo – Tp. Vũng Tàu. Tuy giá thành đắt hơn nhiều, song với chị đây không phải là vấn đề. Cái chính là nguồn nguyên liệu ngoại nhập có bao bì, nhãn mác, xuất xứ rõ ràng. Mặc dù vậy chị cũng chỉ sử dụng được 1/3 số thành phẩm mà mình làm ra, phần còn lại chỉ sau 5 ngày đã có dấu hiệu bị hỏng, do chị không biết cách bảo quản.

### Rất khó quản lý bánh Trung thu handmade:

Bà Đào Thị Hà – Phó Chi cục trưởng Chi cục ATTP tỉnh BR-VT

cho biết: “Để quản lý được chất lượng bánh Trung thu của các cơ sở có đăng ký kinh doanh theo quy định của nhà nước là cả một quá trình lâu dài và không hề đơn giản. Từ chỗ các đơn vị sản xuất kinh doanh bất hợp tác và xem nhẹ vấn đề này, nay đã tích cực hợp tác và ý thức rõ trách nhiệm của mình, phối hợp với đoàn kiểm tra công khai, minh bạch về sổ sách giấy tờ, nguồn gốc nguồn nguyên liệu nhập về, thời hạn sử dụng, bao bì, quy trình sản xuất...là một quyết tâm, nỗ lực rất lớn của Ban chỉ đạo liên ngành về ATVSTP của tỉnh. Đến nay hoạt động kiểm tra Bánh Trung thu đã cơ bản đi vào nề nếp. Tuy nhiên, đối với bánh Trung thu tự làm theo dạng cá nhân, gia đình để ăn, để biếu hoặc đặt hàng tại các gia đình chế biến bánh Trung thu gia truyền không đăng ký cơ sở sản xuất thì chúng tôi không thể nào quản lý được vì nó nhỏ lẻ và manh mún. Chất lượng và độ an toàn phụ thuộc hoàn toàn vào trình độ, nhận thức của người chế biến. Do vậy để đảm bảo sức khỏe, tránh các nguy cơ gây ngộ độc thực phẩm từ bánh Trung thu tự làm, cần đẩy mạnh tuyên truyền cho người tiêu dùng nên lựa chọn bánh Trung thu từ các cơ sở sản xuất có giấy phép đăng ký kinh doanh, có địa chỉ rõ ràng, công bố cụ thể các chỉ tiêu về lý hóa, dinh dưỡng...theo quy định của nhà nước. Còn đối với những người tự sản xuất bánh Trung thu handmade để ăn, để biếu trong phạm vi gia đình, phải tuyên truyền để họ nâng cao nhận thức về vấn đề ATTP, biết lựa chọn nguồn nguyên liệu có nguồn gốc, xuất xứ rõ ràng, được chứng nhận từ các cơ quan nhà nước có thẩm quyền. Bên cạnh đó, quy trình sản xuất và bảo quản cũng phải hết sức chú ý, tránh những nguy cơ gây mất an toàn thậm chí là ngộ độc từ chính sản phẩm tự mình làm ra.

**YÊN CHÂU**

# Phòng ngừa các biến chứng tăng huyết áp

**Tăng huyết áp (THA) là nguyên nhân gây tử vong hàng đầu trên thế giới. Ước tính có khoảng gần một tỷ người mắc bệnh THA vào năm 2000. Đến năm 2025 con số này có thể hơn 1,5 tỷ người.**

Theo một điều tra tại Mỹ năm 1999 - 2004, ước tính có khoảng 58,4 triệu người bị THA, người trên 60 tuổi bị THA chiếm đến 65,4% dân số. Tại Việt Nam, theo số liệu điều tra của Giáo sư Phạm Gia Khải năm 2002 ở miền Bắc, tần suất THA ở người trưởng thành là 16,3%. Đến năm 2009 điều tra của Viện Tim mạch Quốc gia tại 8 tỉnh thành phía Bắc cho thấy, tỷ lệ bệnh THA chiếm 25,1% ở người trên 25 tuổi. Điều đáng lưu ý là có một số lượng rất lớn người bị THA chưa được điều trị hoặc điều trị không đầy đủ.

Bệnh THA về lâu dài sẽ gây ra nhiều biến chứng nguy hiểm có thể dẫn đến tử vong. Biến chứng thường gặp nhất của THA là biến chứng mạch máu. Điều trị đúng và kiểm soát tốt HA giúp giảm nguy cơ bị biến chứng mạch máu và suy thận.

## BIẾN CHỨNG MẠCH MÁU CỦA TĂNG HUYẾT ÁP:

Như đã nói ở trên, người bị THA rất dễ có nguy cơ bị bệnh tim mạch. THA gây xơ vữa mạch máu lớn lẫn mạch máu nhỏ trên các cơ quan trong cơ thể, gây nên các bệnh lý: Suy tim; Bệnh mạch vành; Tai biến mạch máu não; Suy thận; Bệnh mạch máu ngoại biên; Bệnh lý võng mạc mắt...

### Đối với tim:

Tử vong do biến chứng tim là trường hợp tử vong thường gặp nhất ở người bệnh THA. THA gây phì đại tâm thất trái làm tăng nguy cơ nhồi máu cơ tim, tai biến mạch máu não, suy tim, đột tử... Kiểm soát tốt huyết áp có thể giúp phục hồi cấu trúc của

cơ tâm thất trái và giảm nguy cơ bệnh lý tim mạch. THA làm tăng sự tiến triển xơ vữa ở động mạch vành dẫn đến thiếu máu cục bộ cơ tim, nhồi máu cơ tim, từ đó dẫn đến suy tim trái không hồi phục và có thể tử vong.

### Đối với não:

Người bị THA có nguy cơ cao dễ bị xuất huyết não và nhồi máu não. Tại Việt Nam, theo Viện Tim mạch Quốc gia, tử vong do tai biến mạch máu não chiếm 1/4 các trường hợp tử vong.

Tỷ lệ bị tai biến mạch máu não tăng lên theo trị số huyết áp, có nghĩa là huyết áp càng cao càng dễ bị tai biến mạch máu não, nhất là THA tâm thu ở người trên 65 tuổi. Người bị THA khi ở tuổi trung niên, sẽ dễ bị mất trí nhớ lúc về già.

Khi huyết áp tăng quá mức lâm sàng (HA tâm thu lớn hơn 180 – 200 mmHg, tùy theo từng trường hợp) sẽ xảy ra hội chứng bệnh não do THA ác tính: người bệnh nhức đầu dữ dội, buồn nôn, nôn, yếu tay chân, tình trạng tri giác thay đổi. Nếu không được điều trị kịp thời, bệnh có thể diễn tiến nặng hơn, người bệnh sẽ lơ mơ, hôn mê, co giật, thậm chí là tử vong trong vài giờ.

### Đối với thận:

THA là yếu tố nguy cơ gây tổn thương thận và suy thận giai đoạn cuối. Nguy cơ suy thận tăng theo mức độ THA. Cần lưu ý, THA dù được điều trị nhưng chưa đạt huyết áp mục tiêu vẫn có nguy cơ bị suy thận. Suy thận do THA thường liên quan

đến huyết áp tâm thu hơn là huyết áp tâm trương.

### Đối với bệnh mạch máu ngoại biên:

Biến chứng mạch máu ngoại biên góp phần làm trầm trọng hơn tình trạng bệnh tim mạch của người bệnh.

THA về lâu dài làm xơ vữa, gây hẹp và tắc nghẽn các động mạch ngoại biên như: hẹp động mạch chi dưới, hẹp động mạch cảnh... Hẹp động mạch ngoại biên nhiều khi không có triệu chứng nên dễ bị bỏ sót.

Triệu chứng hay gặp của hẹp động mạch chi dưới là đau cách hồi: người bệnh khi đi xa khoảng 50-100 mét có cảm giác đau cả 2 bắp chân, phải ngồi nghỉ. Phương pháp chẩn đoán đơn giản hẹp động mạch chi dưới là đo huyết áp cổ chân và cánh tay (chỉ số ABI). Nếu chỉ số này dưới 0,9 thì nghi ngờ có hẹp động mạch chi dưới, người bệnh cần được xét nghiệm chuyên sâu hơn để có chẩn đoán chính xác.

Bệnh động mạch ngoại biên khác thường hay gặp là hẹp động mạch cảnh. Nếu người bị THA lâu năm thường xuyên than chóng mặt, mặc dù huyết áp đang được kiểm soát tốt, thì cần được kiểm tra siêu âm doppler động mạch cảnh. Nếu kết quả cho thấy hẹp động mạch cảnh > 70%, người bệnh sẽ được thầy thuốc chỉ định điều trị phòng ngừa tai biến do vỡ mảng xơ vữa. Thống kê cho thấy, trong 100 người bị THA có triệu chứng chóng mặt và có hẹp động mạch cảnh trên 70% thì trong vòng 30 ngày từ khi phát hiện triệu chứng có 8 người bị nhồi máu não và cứ sau mỗi năm (kể từ khi phát bệnh) thì có thêm 13 người bị nhồi máu não. Lưu ý, mặc dù không có triệu chứng





Kiểm tra huyết áp cho người bệnh. Ảnh: THẾ PHI

chóng mặt nhưng kết quả siêu âm cho thấy hẹp động mạch cảnh trên 80% thì trong 100 người bệnh vẫn có 5 người có nguy cơ bị nhồi máu não mỗi năm.

#### Đối với mắt:

Tăng huyết áp gây xuất tiết võng mạc, phù gai thị, xuất huyết võng mạc gây nhìn mờ. Nặng hơn là tắc mạch máu nuôi võng mạc gây mù.

#### PHÒNG TRÁNH BIẾN CHỨNG:

Để phòng tránh biến chứng mạch máu chúng ta cần kiểm soát tốt HA, điều trị toàn diện: điều trị THA và các bệnh lý đi kèm như: đái tháo đường, rối loạn mỡ máu, hội chứng chuyển hóa... Nếu điều trị tốt THA có thể giảm 20 - 25% nguy cơ nhồi máu cơ tim, 35 - 40% nguy cơ đột quỵ, 50% nguy cơ suy tim, 30 - 40% nguy cơ tử vong do tim mạch và giảm nguy cơ bị đái tháo đường.

#### Xác định mục tiêu huyết áp cần đạt:

Nhóm bệnh	H.A tâm thu (mmHg)	H.A tâm trương (mmHg)
Đái tháo đường, suy thận	< 130	< 80
Tai biến mạch máu não	< 130	< 80
Suy tim	< 120	< 80
Người > 80 tuổi	< 145 - 150	< 90
Không có bệnh khác đi kèm	< 140	< 90

#### Biện pháp không dùng thuốc: (khi huyết áp tăng trên 120/80 mmHg nhưng dưới 160/90 mmHg)

Cai thuốc lá; Cai rượu đối với người nghiện nặng (có thể uống < 30ml rượu mạnh, < 720ml bia/ngày); Giảm ăn mặn: ăn ít hơn 4g muối mỗi ngày (ít hơn 1 muỗng cà phê muối, hoặc ít hơn 2 muỗng canh nước mắm hoặc nước tương); Chế độ ăn nhiều rau, trái cây, ít béo; Tập thể dục: ít nhất 30 - 45 phút/ ngày và tập đều đặn 7 ngày/ tuần; Giảm cân ở người thừa cân hoặc béo phì.

#### Dùng thuốc hạ huyết áp:

Nếu thực hiện biện pháp không dùng thuốc mà vẫn chưa đạt được huyết áp mục tiêu mong muốn thì cần phối hợp thêm thuốc hạ huyết áp. Ngày nay thuốc hạ huyết áp có rất nhiều nhóm và rất nhiều loại thuốc mới giúp ích rất nhiều cho cuộc chiến chống lại căn bệnh THA. Mỗi loại thuốc có ưu thế cho từng nhóm đối tượng THA. Vì thế, cần có ý kiến và chỉ định của thầy thuốc, người bệnh không nên tự ý sử dụng thuốc hoặc sao chép đơn thuốc của người khác để tự điều trị.

#### Điều trị đái tháo đường:

Người bị THA có kèm bệnh đái tháo đường nếu không kiểm soát tốt

đường huyết, huyết áp thì nguy cơ bị bệnh tim mạch rất cao. Kiểm soát tốt huyết áp ở bệnh nhân đái tháo đường type 2 giúp giảm 24% nguy cơ biến chứng tim mạch. Mục tiêu HbA1C cần đạt ở người có nguy cơ tim mạch cao (người đã từng bị nhồi máu cơ tim hoặc tai biến mạch máu não) là dưới 7%.

#### Rối loạn lipide máu:

Người bị THA có kèm rối loạn chuyển hóa lipide, nếu không được điều trị tốt cả 2 bệnh này thì nguy cơ biến chứng tim mạch tăng rất cao. Ngược lại, nếu điều trị bệnh tốt thì cứ giảm được 10% trị số huyết áp và 10% Cholesterol toàn phần, sẽ giúp giảm tới 45% nguy cơ bị tử vong do biến chứng tim mạch.

Nhóm bệnh	Chỉ số Cholesterol thành phần	
	Ly tương	Cần phải đạt
Đái tháo đường, nhồi máu cơ tim, nhiều yếu tố nguy cơ	LDL-C < 70 mg% HDL-C > 40	< 100 mg%
Chưa có biến chứng	LDL-C < 100, HDL-C > 40	< 130
Đối với triglyceride cần đạt	< 200	

#### KẾT LUẬN:

THA là bệnh lý rất phổ biến và là một trong những nguyên nhân gây tử vong hàng đầu trên toàn thế giới cũng như ở Việt Nam. THA gây ra nhiều biến chứng nguy hiểm đến tính mạng người bệnh. Hiểu biết sâu hơn về các biến chứng do THA góp phần phòng ngừa và giảm thiểu các biến chứng này.

**Bệnh THA cần điều trị lâu dài, liên tục và đạt được huyết áp mục tiêu mong muốn nhằm hướng tới cải thiện chất lượng sống lâu dài cho người bệnh.**

ThS.Bs. **TRẦN THANH ĐẠT**  
Bệnh Viện Đa Khoa Bà Rịa



# Phẫu thuật điều trị hội chứng ống cổ tay cho kết quả khả quan

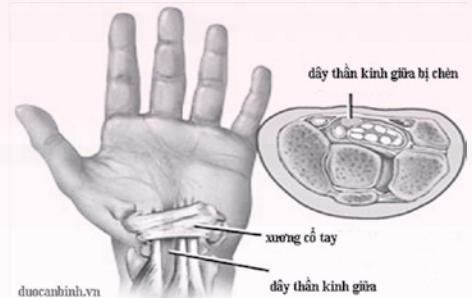
## Vài nét về hội chứng ống cổ tay

Hội chứng ống cổ tay được James Paget mô tả vào giữa thế kỷ 18. Đây là một bệnh lý rối loạn thần kinh ngoại vi thường gặp, bệnh gây ra do chèn ép dây thần kinh giữa ở trong ống cổ tay. Ở Mỹ có đến 3% số người mắc bệnh này, làm ảnh hưởng rất nhiều đến công việc, mỗi năm phải đến 2 triệu người Mỹ đi khám bác sĩ. Còn ở Việt nam, số người mắc bệnh này tương đối cao, thường gặp ở lứa tuổi trên 35, phụ nữ nhiều hơn nam giới.

Riêng tại tỉnh BR –VT, chỉ trong khoảng thời gian từ 01/01/2015 đến 22/10/2015, đã khám phát hiện 236 người mắc hội chứng ống cổ tay, trong đó, tập trung nhiều ở nhóm tuổi 45-55, chiếm tỉ lệ 53%, số bệnh nhân nữ chiếm 87,5%, nam 12,5%. Qua khảo sát phân loại bệnh theo nhóm nghề nghiệp nhận thấy, bệnh chủ yếu xảy ra ở nhóm những người làm công việc nội trợ (chiếm 50%), nhân viên văn phòng (chiếm 40%). Tỉ lệ thấp hơn lần lượt là y tế, giáo viên 3%, khác 7%...

## Đặc điểm lâm sàng:

Triệu chứng lâm sàng hay gặp là đau tay về đêm, đau kèm dị cảm



chiếm tỉ lệ cao. Các triệu chứng giảm hoặc mất vận động và teo cơ tỉ lệ thấp. Nghiệm pháp Tinel dương tính chiếm 45%, Phalen dương tính chiếm 60%.

## Phẫu thuật điều trị Hội chứng ống cổ tay

Trong năm 2015, tại Bv Lê Lợi đã cho nhập viện mổ giải phóng chèn ép 18 ca hội chứng ống cổ tay mức độ trung bình và nặng. Sau mổ bệnh nhân hồi phục tốt, các triệu chứng tê, đau giảm trong vòng 5 ngày, hết triệu chứng trong 2 tuần sau tái khám là 14 ca, chiếm tỉ lệ 77,7%. Số bệnh nhân hồi phục mức độ trung bình, vẫn còn đau tê kéo dài sau mổ vài tuần, phải dùng thuốc kháng viêm, giảm đau và phục hồi bao sợi thần kinh là 3 ca, chiếm tỉ lệ 16,6%, sau 3 tháng hết

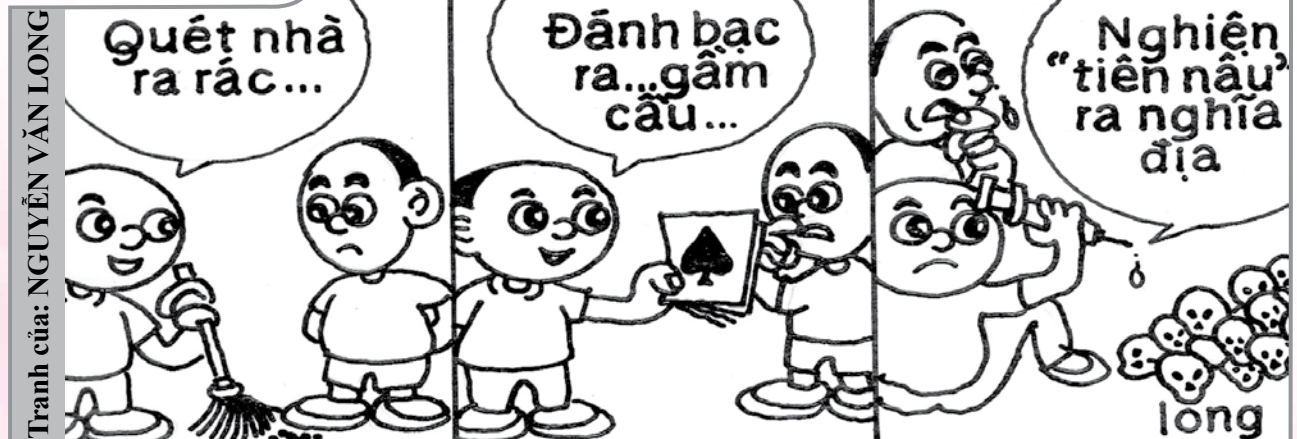
triệu chứng. 01 ca phải mổ lại sau 3 tháng dùng thuốc sau mổ nhưng triệu chứng không cải thiện, có teo cơ mô cái, chiếm 5,7%.

Từ kết quả thực tế cho thấy, phẫu thuật cắt dây chằng ngang trước cổ tay điều trị hội chứng ống cổ tay là phương pháp điều trị hiệu quả, ít biến chứng, giúp cải thiện triệu chứng gần như hoàn toàn. Do đó, khi được khám phát hiện bị Hội chứng ống cổ tay, lời khuyên cho các bệnh nhân là nên mổ sớm khi có triệu chứng lâm sàng và điện thần kinh, vì bệnh sẽ hồi phục tốt, nếu để lâu chuyển sang giai đoạn teo cơ bệnh sẽ khó điều trị hơn vì đã tổn thương thực thể bao sợi và sợi thần kinh.

Bs. NGUYỄN HỮU THỌ  
Bv Lê Lợi



## Tranh vui





TRUNG TÂM Y TẾ HUYỆN TÂN THÀNH:

# Sáp nhập nguồn lực, tập trung phát triển

**T**hực hiện chức năng nhiệm vụ khám chữa bệnh cho người dân trên địa bàn huyện, để đáp ứng nhu cầu của người dân, trong những năm gần đây TTYT Tân Thành đã có nhiều đổi mới, chú trọng nâng cao công tác chuyên môn và cải tiến về cung cách phục vụ nhằm thu hút người bệnh đến khám, điều trị, tránh tình trạng bệnh nhân vượt tuyến. Trong 9 tháng đầu năm 2015, công suất sử dụng giường bệnh đạt trên 80%, trung bình mỗi ngày tiếp nhận từ 500-600 lượt bệnh nhân.

Bà Phan Thị Ngọc Ánh, xã Hắc Dịch cho biết: “Sức khỏe là vấn đề quan trọng, dù kinh tế có khó khăn một chút, nhưng trước đây dễ bị bệnh là tôi lên Sài Gòn cho chắc ăn, nhưng mấy năm nay chất lượng khám và thái độ phục vụ của TTYT Tân Thành đã tốt hơn trước nhiều rồi, có bệnh tôi đến ngay TTYT để điều trị, chẳng phải đi xa vừa vất vả lại tốn kém”.

Khác với bà Ánh, ông Huỳnh Quang Khánh, xã Tóc Tiên là bệnh nhân thường xuyên của TTYT Tân Thành, ông vui vẻ cho biết: “Tôi bị bệnh THA nên đi khám, lấy thuốc định kỳ ở TTYT. Vì vậy sự chuyển biến trong công tác khám, chữa bệnh cũng như thái độ phục vụ của TTYT Tân Thành là tôi rõ nhất. Trước, mỗi lần đi khám tôi ngại lắm vì mất cả buổi mới xong, nhưng giờ quy trình đã được sắp xếp lại, thuận lợi và khoa học hơn nhiều, ai đến trước khám



Tiếp nhận và hướng dẫn người bệnh tại phòng khám TTYT Tân Thành. Ảnh: THẾ PHI

trước, không còn cảnh chen lấn, tranh giành nhau, khu ngồi chờ sạch sẽ, có tài liệu truyền thông để đọc, ti vi để xem, thoải mái vô cùng, việc đi khám không còn là gánh nặng nữa”.

Sở dĩ có những bước tiến và sự thay đổi tích cực như vậy là nhờ sự hợp nhất giữa TTYT Dự phòng Tân Thành và Bệnh viện Đa khoa Tân Thành vào năm 2012. Trước đó, khi còn hoạt động riêng lẻ, nhân sự của Trung tâm bị xé nhỏ, thiếu nguồn nhân lực bác sĩ để tập trung phát triển chuyên môn, nâng cao hiệu quả điều trị. Bên cạnh đó, việc chồng chéo trong công tác quản lý cũng khiến cho việc quản lý các chương trình Y tế Dự phòng bị ảnh hưởng. Từ khi được hợp nhất thành TTYT Tân Thành với 02 chức năng: khám chữa bệnh và thực

hiện nhiệm vụ Y tế dự phòng, Ban lãnh đạo TTYT đã kiện toàn tổ chức, sắp xếp lại các phòng chức năng, các khoa phòng sao cho hợp lý, đồng thời ứng dụng công nghệ thông tin vào công tác khám chữa bệnh. Qua đó, thời gian khám, chữa bệnh được rút ngắn từ 2-4 giờ xuống còn 1-2 giờ/người/ lượt khám; đầu tư cơ sở vật chất, trang thiết bị và nhất là chú trọng công tác đào tạo với nhiều hình thức: cử cán bộ lên tuyến trên học nâng cao chuyên môn, nghiệp vụ; đào tạo tại chỗ theo hình thức cầm tay chỉ việc với sự chuyển giao công nghệ, giúp đỡ của bệnh viện Bà Rịa, bệnh viện Mắt đáp ứng với nhu cầu khám chữa bệnh trên địa bàn... Song hành với nhiệm vụ chuyên môn là việc nâng cao kỹ năng giao tiếp, ứng xử cho cán



☞ bộ viên chức đơn vị hướng tới sự hài lòng từ phía người bệnh. Hàng năm Trung tâm đều triển khai học tập Quy tắc ứng xử cho cán bộ, nhân viên Y tế, nâng cao kỹ năng giao tiếp, hướng tới sự hài lòng của người bệnh.

Để nắm bắt và xử lý ngay các tiêu cực xảy ra trong môi trường làm việc, Trung tâm bố trí các hộp thư góp ý tại các khoa phòng để lắng nghe phản hồi từ phía người dân, tiến hành các cuộc khảo sát về sự hài lòng của người bệnh thường xuyên, định kỳ. Việc làm đó khiến mỗi CBVC trong đơn vị phải tự học tập nâng cao trình độ, rèn giũa từng lời ăn tiếng nói, cách giao tiếp với người bệnh để hoàn thiện bản thân. Trong năm 2014, đã ghi nhận những tín hiệu tích cực, hơn 90% bệnh nhân được khảo sát, đánh giá cao về chất lượng chuyên môn, thái độ phục vụ của CBVC Trung tâm và không có bất kỳ đơn thư nặc danh, khiếu nại hay tố cáo nào.

Ông Phan Chánh Phú – GD Trung tâm Y tế huyện Tân Thành cho biết: “Hướng tới mục tiêu phát triển TTYT trong những năm tiếp theo, ngoài việc duy trì các chuyên khoa đã thực hiện tốt, đơn vị sẽ đẩy mạnh thêm một số chuyên khoa đáp ứng những đặc thù thực tế của địa bàn (Địa bàn nằm trên Quốc lộ 51, tai nạn giao thông thường xuyên xảy ra). Theo đó, TTYT sẽ đầu tư, đẩy mạnh các chuyên khoa cấp cứu, Hồi sức Tích cực - Chống độc, Ngoại chấn thương, Sản khoa...; Tiếp tục đẩy mạnh kỹ năng giao tiếp, ứng xử... Bên cạnh đó, để khắc phục những khó khăn do hai cơ sở khám chữa bệnh chưa được liên thông, đơn vị rất cần sự quan tâm hướng dẫn, chỉ đạo của chính quyền địa phương và Sở Y tế tỉnh”.

Nói về những chuyển biến của TTYT Tân Thành, Bs. Võ Văn Hùng – Phó Giám đốc Sở Y tế đã đánh giá cao: “... Kể từ khi hợp nhất Y tế dự phòng và điều trị thành một mối thống nhất, rõ ràng công tác khám chữa, bệnh của TTYT Tân Thành đã được đẩy lên một bước cả về dự phòng, điều trị đến chất lượng phục vụ bệnh nhân. Những khó khăn còn tồn tại của đơn vị cần khắc phục từng bước với sự nỗ lực của tập thể và sự quan tâm của Sở Y tế. Tôi hy vọng rằng, những kết quả mà Trung tâm đã đạt được trong những năm qua không những được duy trì mà còn được phát triển lên tầm cao mới. Trước hết đáp ứng được nhu cầu khám chữa bệnh cho người dân, sau nữa là góp phần nâng cao hiệu quả khám, chữa bệnh của toàn ngành và hướng tới sự phát triển bền vững của tỉnh nhà trên các bình diện: Kinh tế, chính trị, trật tự an toàn xã hội”.

**BÀI, ẢNH: HOA VIỆT**

## TRUNG TÂM Y TẾ LONG ĐIỀN:

# Những tín hiệu vui

*Khánh thành và đưa vào sử dụng vào tháng 4/2015, đến nay, công trình Trung tâm Y tế huyện Long Điền (TTYT Long Điền) với quy mô 100 giường bệnh đang mang lại nhiều thuận lợi trong công tác khám và điều trị bệnh cho nhân dân huyện Long Điền và người dân các vùng lân cận.*

Với cơ sở hạ tầng khang trang, trang thiết bị y tế hiện đại phục vụ công tác khám, chẩn đoán và điều trị được trang bị cho TTYT Long Điền như: máy nội soi dạ dày, máy siêu âm thể hệ mới, hệ thống trang thiết bị phục vụ kỹ thuật kiểm soát nhiễm khuẩn, kỹ thuật gây mê. TTYT thành lập thêm Khoa Nhiễm và Khoa Nội trú Đông y, đồng thời tách Khoa cấp cứu khám bệnh thành Khoa Hồi sức cấp cứu chống độc và Khoa khám bệnh. Để sử dụng tốt các loại máy móc thiết bị hiện đại và nâng cao chất lượng khám chữa bệnh, trước đó, TTYT Long Điền cũng đã có bước chuẩn bị đào tạo trình độ, tay nghề cho đội ngũ y bác sĩ.

Ông Nguyễn Thế Trung – Giám đốc TTYT huyện Long Điền cho biết: “Để chuẩn bị cho việc thành lập các khoa phòng mới theo đề án được phê duyệt, chúng tôi đã có kế hoạch cử người đi đào tạo ở tuyến trên nhằm nâng cao nghiệp vụ, chuyên môn. Bên cạnh đó, chúng tôi cũng cử người đi học để về sử dụng, khai thác tối đa tính năng của các máy móc, trang thiết bị hiện đại ngay sau khi trung tâm mới đi vào hoạt động”.

Được đầu tư cơ sở vật chất, trang thiết bị hiện đại, TTYT huyện Long Điền có thêm điều kiện để thực hiện nhiều kỹ thuật, phương pháp điều trị phức tạp mà trước đây không thể thực hiện, nhất là trong lĩnh vực Sản khoa và Ngoại Khoa. Vì thế đã hạn chế nhiều trường hợp phải chuyển lên tuyến trên.

Bs. Trần Thiên Phúc – Trưởng khoa Khám bệnh – TTYT huyện Long Điền cho biết: “Trước đây do thiếu trang thiết bị nên nhiều trường hợp anh em chúng tôi có đủ khả năng chuyên môn vẫn không dám giữ lại điều trị mà phải cho bệnh nhân chuyển tuyến. Nay về cơ sở mới, được đầu tư trang thiết bị nên tình trạng chuyển tuyến đã hạn chế rất nhiều, ví dụ như nhờ có máy laser, nhiều bệnh nhân da liễu đã được điều trị



Điều trị vật lý trị liệu tại khoa Đông Y, TTYT Long Điền cơ sở mới. Ảnh: THẾ PHI

ngay tại trung tâm; các chuyên khoa Tai, Mũi, Họng – Răng, Hàm, Mặt có thêm nhiều máy móc mới nên việc điều trị rất thuận lợi, hiệu quả cũng được nâng lên rõ rệt”.

Hoạt động tại cơ sở mới đã hơn 6 tháng, TTYT huyện Long Điền ngày càng thu hút nhiều người dân trong huyện và các vùng lân cận đến khám và điều trị. Bình quân mỗi ngày, TTYT tiếp nhận khám ngoại trú cho khoảng 600 đến 700 bệnh nhân, điều trị nội trú cho khoảng 50 đến 60 bệnh

nhân, lượng bệnh nhân tăng gấp đôi so với trước đây khi còn ở cơ sở cũ.

Bà Huỳnh Thị Lệ Thúy - Người dân Thị trấn Long Điền, chia sẻ: “Trước đây khi TTYT Long Điền chưa xây mới, mỗi lần bệnh nặng tôi chỉ mong được chuyển lên tuyến trên hoặc điều trị ngoại trú vì cơ sở cũ chật chội, máy móc nghèo nàn. Nay về cơ sở mới vừa thoáng mát, sạch đẹp lại có thêm nhiều máy móc hiện đại, nằm điều trị nội trú không chỉ mình mà người thân đi chăm sóc cũng thấy thoải mái, chẳng muốn chuyển tuyến

hay về nhà điều trị ngoại trú đi lại cho vất vả”.

Cùng suy nghĩ giống bà Thúy, Ông Trần Văn Vịnh- Người dân Thị trấn Long Hải, phấn khởi cho biết: “Từ khi Trung tâm Y tế mới đi vào hoạt động người dân chúng tôi rất vui mừng. Không chỉ cơ sở mới khang trang, sạch đẹp máy móc hiện đại mà con người cũng có nhiều điều mới mẻ lắm. Thái độ phục vụ của y, bác sĩ vừa niềm nở, vừa ân cần, cái gì mình không biết đều được tận tình hướng dẫn. Nói chung chúng tôi rất biết ơn Đảng, Nhà nước và nhất là lãnh đạo ngành Y tế và huyện Long Điền đã quan tâm xây mới Trung tâm Y tế để chăm sóc sức khỏe cho bà con trong huyện”.

Nhằm nâng cao hơn nữa chất lượng khám và điều trị, hiện nay, Ban giám đốc TTYT huyện Long Điền đang tiếp tục cử các ê kíp bác sĩ, y sĩ, điều dưỡng đi tập huấn, đào tạo tại các bệnh viện tuyến Trung ương và tuyến tỉnh, đồng thời trình Sở Y tế đề án bổ sung thêm nguồn nhân lực với khoảng 50 người, trong đó có 10 bác sĩ ở các chuyên khoa. Với diện mạo mới, tập thể lãnh đạo, cán bộ, nhân viên TTYT Long Điền quyết tâm tạo dựng niềm tin đối với nhân dân huyện nhà, xứng đáng với sự quan tâm, đầu tư của chính quyền và của ngành Y tế tỉnh.

**ĐÌNH BÁCH**



**Tranh vui**



Tranh của: NGUYỄN VĂN LONG

# Kết quả bước đầu đo lường sự hài lòng của người dân đối với dịch vụ y tế công tỉnh Bà Rịa - Vũng Tàu năm 2015

Triển khai Quyết định 4448/QĐ-BYT ngày 06/11/2013 của Bộ Y tế, về việc phê duyệt đề án “Xác định phương pháp đo lường sự hài lòng của người dân đối với dịch vụ y tế công”;

Căn cứ vào nội dung các tiêu chí và bộ chỉ số đo lường mà Bộ Y tế hướng dẫn, tại khoản 2 điều 1 Quyết định 4448/QĐ-BYT ngày 06/11/2013, Sở Y tế tỉnh Bà Rịa-Vũng Tàu đã xây dựng thí điểm Bảng đo lường sự hài lòng của người dân đối với dịch vụ y tế công tỉnh Bà Rịa-Vũng Tàu năm 2015.

Năm 2015, Sở Y tế tỉnh Bà Rịa-Vũng Tàu đã triển khai đến các cơ sở y tế trên địa bàn tỉnh đo lường sự hài lòng của người dân đối với dịch vụ y tế công, cụ thể như sau:

## A. Phương pháp tiến hành:

+ Thời gian: đồng loạt lúc 9g và 15g ngày 11/8/2015

+ Địa điểm: tại 12/12 cơ sở khám chữa bệnh tuyến tỉnh, tuyến huyện (Gồm: BV Bà Rịa, BV Lê Lợi, BV Mắt, BV Tâm Thần, TTYT TP Vũng Tàu, TTYT TP Bà Rịa, TTYT Châu Đức, TTYT Long Điền, TTYT Đất Đỏ, TTYT Tân Thành, TTYT Xuyên Mộc, TTYT Quân Dân Y Côn Đảo) và một số cơ sở y tế khác có cung cấp dịch vụ y tế công (Trung tâm y tế dự phòng cung cấp dịch vụ tiêm ngừa; Trung tâm Chăm sóc sức khỏe sinh sản cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe sinh sản). Riêng Chi cục An toàn vệ sinh thực phẩm và Trung tâm phòng chống HTV/AIDS không đánh giá vì lượng khách hàng đến cơ sở mỗi ngày quá ít).

+ Nội dung gồm 20 câu hỏi theo 6 nhóm tiêu chí: Nhóm tiêu chí về tiếp cận dịch vụ; Nhóm tiêu chí về thủ tục hành chính; Nhóm tiêu chí về cơ sở vật chất; Nhóm tiêu chí về chi phí dịch vụ y tế; Nhóm tiêu chí về tinh thần thái độ phục vụ; Nhóm tiêu chí về sự hài lòng chung với cơ sở y tế.

20 câu hỏi đều là câu hỏi đóng, chọn 1 đáp án phù hợp nhất trong 5 đáp án, không có câu hỏi nào trong phiếu khảo sát bị bỏ trống (không trả lời), hoặc chọn không dứt khoát (chọn 2 đáp án trở lên trong cùng một câu hỏi)

+ Đối tượng dựa vào lô nghiên cứu:

Tại các bệnh viện, TTYT: chọn 25% các bệnh nhân và/hoặc thân nhân bệnh nhân khám chữa bệnh ngoại trú và nội trú ở 2 thời điểm khảo sát 9g và 15g trong ngày 11/8/2015 (số lượng khảo sát chiếm 50% tổng số bệnh nhân và/hoặc thân nhân bệnh nhân khám chữa bệnh ngoại trú và nội trú ở 2 thời điểm khảo sát), chọn mẫu theo phương pháp ngẫu nhiên hệ thống;

Tại các cơ sở y tế khác: chọn tất cả các khách hàng đến cơ sở y tế trong ngày 11/8/2015.

+ Đối tượng loại ra: Bệnh nhân tâm thần; Dưới 18t; Mới đến cơ sở y tế lần đầu tiên, chưa tiếp cận dịch vụ; Đang trong tâm lý không bình thường (gây gổ, kích động...); Bất thường về giác quan nghe, nhìn, nói; Bệnh nhân đang trong tình trạng nặng ở phòng Hồi sức, cấp cứu.

+ Sự hài lòng của khách hàng được đo theo 5 bậc, trọng số (-0.75), (-0.25), (0), (0.25), (0.75) theo hướng

đẫn của Bộ Y tế tại khoản 3 điều 1 Quyết định 4448/QĐ-BYT ngày 06/11/2013.

+ Xác định tương quan tỷ lệ hài lòng (khác với cách tính của Bộ Y tế)

$$I_{tc} = (\text{điểm từng nhóm tiêu chí} \times 100) / (\text{TS mẫu} \times 0.75)$$

$$I_{dv} = (\text{điểm bình quân 6 nhóm tiêu chí} \times 100) / (\text{TS mẫu} \times 0.75)$$

$$I_{brvt} = (\text{điểm bình quân 14 đơn vị} \times 100) / (\text{TS mẫu BRVT} \times 0.75)$$

## B. Kết quả và nhận xét:

1. Tương quan tỷ lệ hài lòng của các cơ sở y tế được khảo sát:

+ BV Bà Rịa: 70.78%. Thuyết minh theo công thức  $I_{dv} = (\text{điểm bình quân 6 nhóm tiêu chí} \times 100) / (\text{TS mẫu} \times 0.75)$ : Có khoảng hơn 70% trong số 330 người được khảo sát đánh giá Rất tốt đối với dịch vụ công của BV Bà Rịa.

+ BV Lê Lợi	43.50%	(mẫu 988)
+ BV Mắt:	51.60%	(mẫu 100)
+ BV Tâm Thần	55.77%	(mẫu 36)
+ TTYT TP Vũng Tàu:	8.40%	(mẫu 30)
+ TTYT TP Bà Rịa:	52.37%	(mẫu 20)
+ TTYT Châu Đức:	28.56%	(mẫu 62)
+ TTYT Long Điền:	62.67%	(mẫu 280)
+ TTYT Đất Đỏ:	39.64%	(mẫu 100)
+ TTYT Tân Thành:	46.28%	(mẫu 39)
+ TTYT Xuyên Mộc:	26.15%	(mẫu 176)
+ TTYT Côn Đảo:	18.29%	(mẫu 94)
+ Trung tâm y tế dự phòng:	38.72%	(mẫu 60)
+ Trung tâm CSSK sinh sản:	72,50%	(mẫu 50)



Khảo sát sự hài lòng của người bệnh thông qua bảng điện tử. Ảnh: THẾ PHI

### Nhận xét:

- Do trọng số của đánh giá Rất tốt (=0.75) gấp 3 lần trọng số của đánh giá Tốt (=0.25), nên khi với cùng mẫu số (TS mẫu x 0.75) thì chỉ cần đa số người được khảo sát đánh giá Tốt (một đánh giá tích cực) mà không đánh giá Rất tốt, thì tương quan tỷ lệ hài lòng của đơn vị chỉ khoảng 30%;

- Có 6 cơ sở y tế đạt được sự hài lòng cao của những người được khảo sát là: Trung tâm Chăm sóc sức khỏe sinh sản (72.50%), BV Bà Rịa (70.78%), TTYT Long Điền (62.67%), BV Tâm Thần (55.77%), TTYT TP Bà Rịa (52.37%) và BV Mắt (51.60%);

- Có 4 cơ sở y tế đạt được sự hài lòng tương đối cao của những người được khảo sát là: TTYT Tân Thành (46.28%), BV Lê Lợi (43.50%), TTYT Đất Đỏ (39.64%) và Trung tâm y tế dự phòng (38.72%);

- Có 4 cơ sở y tế đạt được sự hài lòng chưa cao của những người được khảo sát là TTYT Châu Đức (28.56%), TTYT Xuyên Mộc (26.15%), TTYT Côn Đảo; (18.29%) và TTYT TP Vũng Tàu (8.4%).

2. Tương quan tỷ lệ sự hài lòng chung của ngành y tế tỉnh Bà Rịa-Vũng Tàu ở thời điểm khảo sát là 3,39% (TS mẫu là 2.365).

### Nhận xét:

- Chỉ có khoảng hơn 3% trong số 2.365 người được khảo sát đánh giá Rất tốt đối với dịch vụ công nói chung của ngành y tế tỉnh Bà Rịa-Vũng Tàu, có thể hiểu:

Đa số người được khảo sát đánh giá ngành y tế tỉnh Bà Rịa-Vũng Tàu đánh giá sự hài lòng ở mức Trung bình (trọng số =0), hoặc

Bên cạnh những người được khảo sát đánh giá Rất tốt, đánh giá Tốt về ngành y tế tỉnh Bà Rịa-Vũng Tàu thì cũng có những người được khảo sát đánh giá Trung bình, Chưa Tốt, thậm chí Kém đối với ngành Y tế tỉnh Bà Rịa-Vũng Tàu, hoặc bên cạnh những cơ sở y tế khiến người được khảo sát đánh giá Rất tốt, đánh giá Tốt thì cũng có những cơ sở y tế khiến người được khảo sát chưa hoàn toàn hài lòng.

3. Tương quan tỷ lệ hài lòng về tiêu chí “Tiếp cận dịch vụ khám chữa bệnh tại các cơ sở Y tế”: Có 8 cơ sở y tế đạt được sự hài lòng cao của những người được khảo sát là: Trung tâm Chăm sóc sức khỏe sinh sản (79.11%), BV Tâm Thần (75.31%), TTYT TP Bà Rịa (72.22%), BV Bà Rịa (70.3%), TTYT Long Điền (68.69%), BV Mắt (61.67%) và TTYT Tân Thành (55.84%);

Có 2 cơ sở y tế đạt được sự hài lòng chưa cao của những người được khảo sát là TTYT Côn Đảo (5.32%) và TTYT TP Vũng Tàu (-2.59%)

4. Tương quan tỷ lệ hài lòng về tiêu chí “Thủ tục hành chính liên quan công tác khám chữa bệnh tại các cơ sở Y tế”: Có 2 cơ sở y tế đạt được sự hài lòng cao của những người được khảo sát là: Trung tâm Chăm sóc sức khỏe sinh sản (70%) và BV Bà Rịa (66.13%); có 3 cơ sở y tế đạt được sự hài lòng chưa cao của những người được khảo sát là TTYT Côn Đảo (13.59%), TTYT Châu Đức (6.85%) và TTYT TP Vũng Tàu (1.11%).

5. Tương quan tỷ lệ hài lòng về tiêu chí “Điều kiện vật chất, phục vụ tại các cơ sở Y tế”: Có 3 cơ sở y tế đạt được sự hài lòng cao của những người được khảo sát là: Trung tâm Chăm sóc sức khỏe sinh sản (77.33%), TTYT Long Điền (66.29%) và BV Bà Rịa (66.99%) (đều là các cơ sở y tế mới xây dựng);

Có 2 cơ sở y tế đạt được sự hài lòng chưa cao của những người được khảo sát là TTYT Xuyên Mộc (16.4%) và TTYT TP Vũng Tàu (1.78%).

6. Tương quan tỷ lệ hài lòng về tiêu chí “Chi phí dịch vụ tại các cơ sở y tế”: Đa số cơ sở y tế đạt được sự hài lòng cao của những người được khảo sát là: Trung tâm Chăm sóc sức khỏe sinh sản (76%), TTYT Long Điền (75.12%), BV Lê Lợi (70.66%), BV Bà Rịa (70.1%), TTYT TP Bà Rịa (66.67%), TTYT Tân Thành (64.96%), BV Tâm Thần (64.81%), BV Mắt (60.5%), Trung tâm y tế dự phòng (54.17%) và TTYT Đất Đỏ (50.67%).

7. Tương quan tỷ lệ hài lòng về tiêu chí “Tinh thần, thái độ phục vụ của NVYT tại các cơ sở y tế”: Đa số các cơ sở y tế đạt được sự hài lòng cao của những người được khảo sát là: BV Bà Rịa (83.96%), Trung tâm

(Xem tiếp trang 18)

# ĐOÀN KIỂM TRA LIÊN NGÀNH KIỂM TRA ATVSTP CÁC CƠ SỞ



Ảnh: THẾ PHI



# SẢN XUẤT VÀ KINH DOANH BÁNH TRUNG THU NĂM 2015



Ảnh: THẾ PHI

# Kết quả bước đầu...

(Tiếp theo trang 15)

Chăm sóc sức khỏe sinh sản (72.53%), TTYT Long Điền (66.67%). Bệnh viện Tâm Thần (62.96%), BV Mắt (62%), TTYT Tân Thành (51.62%) và Trung tâm Y tế dự phòng (50.44%);

TTYT TP Vũng Tàu cần xem lại hiện tượng và nguyên nhân làm cho chỉ (17.33%) người được khảo sát đánh giá Rất tốt về tinh thần thái độ phục vụ của NVYT.

## C. Hạn chế của đợt khảo sát:

Mặc dù đối tượng và phương pháp nghiên cứu được Sở Y tế hướng dẫn kỹ cho các cơ sở y tế, nhưng việc có nhiều nhóm triển khai cùng các câu hỏi khảo sát trong cùng thời điểm khảo sát, kết quả khảo sát ở từng cơ sở y tế sẽ phụ thuộc vào cách thức triển khai, năng lực và cả tâm huyết của từng nhóm khảo sát tại mỗi cơ sở y tế;

Do số lượng người khám chữa bệnh ngoại trú và nội trú tập trung ở BV Bà Rịa và BV Lê Lợi, nên số người được khảo sát tại BV Bà Rịa và BV Lê Lợi quyết định gần 60%,

trong đó BV Lê Lợi quyết định hơn 40% kết quả khảo sát toàn ngành;

- Bảng câu hỏi chưa hoàn toàn đại diện cho tất cả các vấn đề cần khảo sát để đánh giá đầy đủ về sự hài lòng của khách hàng đối với các dịch vụ công trong ngành Y tế tỉnh Bà Rịa-Vũng Tàu;

Kết quả khảo sát chỉ là “cắt ngang” ở thời điểm ngày 11/8/2015, chưa đánh giá được ở các thời điểm khác trong năm, chưa đánh được sự cải thiện của từng cơ sở y tế sau từng đợt khảo sát.

## D. Đề xuất:

1. UBND tỉnh Bà Rịa-Vũng Tàu, qua sự tham mưu của Sở Tài chính, cấp kinh phí cho ngành Y tế tỉnh Bà Rịa-Vũng Tàu để thực hiện:

+ Xây dựng hoàn chỉnh Bộ tiêu chí khảo sát sự hài lòng của người dân đối với dịch vụ y tế công tỉnh Bà Rịa-Vũng Tàu;

+ Hàng quý, tiến hành từng đợt khảo sát sự hài lòng của người dân đối với dịch vụ Y tế công tỉnh Bà Rịa-Vũng Tàu;

+ Thành lập nhóm khảo sát tập trung của Sở Y tế, khảo sát một cách đồng bộ về sự hài lòng của người dân đối với dịch vụ Y tế công tỉnh Bà Rịa-Vũng Tàu;

+ Rút kinh nghiệm, chỉ đạo các cơ sở y tế sau từng đợt khảo sát để có thể tiến hành các giải pháp, biện pháp nâng dần từng quý, từng năm về sự hài lòng của người dân đối với dịch vụ Y tế công tỉnh Bà Rịa-Vũng Tàu;

+ Công bố sự hài lòng của người dân đối với dịch vụ Y tế công tỉnh Bà Rịa-Vũng Tàu trên các phương tiện thông tin và trên cơ quan quản lý thống kê của tỉnh.

2. UBND tỉnh Bà Rịa-Vũng Tàu, qua sự tham mưu của Sở Nội vụ, bổ sung định biên (2 Cử nhân Y tế công cộng) cho Sở Y tế tỉnh Bà Rịa-Vũng Tàu, cụ thể là phòng Nghiệp vụ Y Sở Y tế, bộ phận thường trực và tham mưu triển khai chính nội dung khảo sát sự hài lòng của người dân đối với dịch vụ Y tế công tỉnh Bà Rịa-Vũng Tàu;

3. Cuối năm 2016, Bộ Y tế cử chuyên gia rà soát, hỗ trợ đánh giá và hoàn thiện phương pháp triển khai của ngành Y tế tỉnh Bà Rịa-Vũng Tàu sau một năm thực hiện.

**SỞ Y TẾ TỈNH BR-VT**

# Chiến dịch...

(Tiếp theo trang 5)

Phòng chống Sốt xuất huyết, là người trực tiếp tham gia chiến dịch diệt lăng quăng trong nhiều năm qua, cho hay thành phố Vũng Tàu nơi tập trung khá đông cán bộ viên chức, công chức cũng như đối tượng học sinh, sinh viên, hay công nhân làm việc tại các khu công nghiệp, thì thời gian đi giám sát hay trùng với thời gian người ta đi làm.

Thời gian là bất biến đối với mỗi người, có thể rảnh với người này, nhưng lại bận rộn với người khác, nhưng để có cái chung gọi là thích hợp cho nhiều đối tượng thì đa phần mọi người đều thống nhất cao vào

ngày cuối tuần. Vẫn đâu đó những lý do tăng ca, du lịch cuối tuần, hay đại loại là có việc đột xuất cuối tuần, nhưng cái thời gian cuối tuần được xem là thích hợp nhất có thể cho nhiều đối tượng trong các ngành nghề khác nhau.

Mùa này vẫn không ngớt những cơn mưa rào chợt đến rồi đi, và còn đó những nguy cơ bệnh sốt xuất huyết nếu như không quyết liệt hơn nữa trong các chiến dịch diệt lăng quăng hằng ngày, hằng quý và từng đợt trong năm. Sự quyết liệt và hiệu quả không chỉ là trách nhiệm, tinh thần của người cán bộ y tế trong công tác hướng dẫn chỉ đạo phòng chống dịch bệnh, hay là ý thức tích cực của người dân phòng bệnh mà đôi khi lại chính là thời gian thích hợp của chiến dịch.

**AN NHIÊN**



**N**hằm triển khai thực hiện có hiệu quả Kế hoạch số 4546/UBND-VP ngày 04/7/2013 của UBND tỉnh, “Kế hoạch phát triển Y, Dược học cổ truyền tỉnh Bà Rịa – Vũng Tàu đến năm 2020” và góp phần đạt Bộ tiêu chí Quốc gia Y tế xã giai đoạn 2011 – 2020, Bản tin Sức khỏe BR-VT xin giới thiệu danh mục, công dụng của 60 cây thuốc Nam tuyến xã.

# Bách bộ

**B**ách bộ là dây leo thân nhỏ nhắn, quán, có thể dài 10cm, lá mọc đối thuôn dài gân nổi rõ trên mặt lá, 10 - 12 gân phụ chạy dọc từ cuống lá đến ngọn lá, cụm hoa mọc ở kẽ lá, có cuống dài 2-4cm, gồm 1-2 hoa to màu vàng hoặc màu đỏ, ra hoa vào mùa hè. Rễ chùm gần đến 30 củ (nên mới gọi là Dây Ba Mươi)

## Bộ phận dùng:

Rễ củ Bách bộ khô hình con thoi dài khoảng 6-12cm, phần dưới phồng to đỉnh nhỏ dần, có xếp vết nhăn teo có rãnh dọc sâu bên ngoài, màu vàng trắng hoặc xám vàng. Chất cứng giòn chắc, ít ngọt, đắng nhiều, mùi thơm ngát, vỏ ngoài đỏ hay nâu sẫm là tốt

## Nơi sống và thu hái:

- Bách bộ mọc hoang đại khắp nơi, đặc biệt là những vùng đồng núi.
- Thu hái và sơ chế: Dùng củ nhiều năm để dùng thuốc, củ càng lâu năm càng tốt, thu hái vào mùa thu, đầu đông, hoặc vào lúc đầu xuân, chồi cây chưa hoạt động, đào toàn bộ củ lên, rửa sạch phơi khô.

## Chế biến:

- Đào lấy củ già rửa sạch cắt bỏ rễ 2 đầu, đem đồ vừa chín, hoặc nhúng nước sôi, củ nhỏ để nguyên, củ lớn bỏ đôi, phơi nắng hoặc tẩm rượu, sấy khô
- Rửa sạch, ủ mềm rút lõi, xắt mỏng phơi khô, dùng sống. Tẩm mật một đêm rồi sao vàng (dùng chín).

## Thành phần hoá học:

Rễ Bách bộ chứa Tuberostemonin,

Stinin, Oxotuberostemonin. Ngoài ra còn 1 số Alcaloid khác chưa rõ cấu trúc. Rễ còn chứa Glucid 2,3%, Lipid 0,84%, Protid 9,25% và 1 số Acid hữu cơ (Acid Citric, Malic, Oxalic, Succinic, Acetic...)

## Tính vị, tác dụng:

- Tính vị: Vị ngọt đắng, tính hơi ôn
- Quy kinh: Vào kinh Phế
- Tác dụng kháng vi trùng: Radix Stemonae in vitro có tác dụng kháng khuẩn đối với nhiều loại khuẩn gây bệnh gồm: Streptococcus Pneumoniae, Hemolytic Streptococcus, Neisseria Meningitidis và Staphylococcus aureus.

- Tác dụng diệt ký sinh trùng: dịch côn hoặc nước ngâm kiệt của Bách Bộ có tác dụng diệt ký sinh trùng như chấy rận, bọ chét, ấu trùng ruồi, muỗi, rệp...

- Tác động lên hệ hô hấp: Bách bộ có tác dụng làm giảm hưng phấn trung khu hô hấp của động vật, làm giảm ho do ức chế phản xạ ho. Đối với kháng Histamin gây co giật, Bách bộ có tác dụng giống như Aminophylline nhưng hòa hoãn và kéo dài hơn (Trung Dược Học).

## Công dụng, chỉ định và phối hợp:

- Trị ho dữ dội: dùng rễ Bách bộ, gừng sống, giã lấy nước, 2 vị bằng nhau, sắc uống 2 chén.

- Trị ho lâu năm: Bách bộ (rễ) 20 cân, giã vắt nước, sắc lại cho dẻo quánh. Mỗi lần uống 1 muỗng canh, ngày 3 lần

- Trị ho dữ dội: dùng rễ Bách bộ ngâm rượu, ngày uống 1 chén, ngày 3 lần.

- Trị ho nhiều: dùng Bách bộ (cả dây lẫn rễ), giã vắt lấy nước cốt, trộn với mật ong, 2 thứ bằng nhau. Nấu thành cao, ngâm nước nuốt từ từ.

- Trị tự nhiên ho không dứt: Bách bộ (củ rễ), hơ trên lửa nướng cho khô, mỗi lần lấy nước một ít ngâm nuốt nước.





☞ - Trị trẻ nhỏ ho do hàn : Bách bộ sao, Ma hoàng khử mắt, mỗi thứ 30g, tán bột. Hạnh nhân (bỏ vỏ, bỏ đầu nhọn) sao, bỏ vào nước thật sôi, vớt ra, nghiền bột, cho mật vào nặn viên bằng hạt Bồ kết. Mỗi lần uống 23 viên với nước nóng.

- Trị phù, vàng da cả người: Bách bộ (củ) mới đào về, rửa sạch, gĩa nát. Đắp một miếng lên rốn, lấy nửa tô xôi giã mềm dẻo đắp trên miếng Bách bộ vừa rồi, xong lấy khăn bịt lại 12 ngày sau thấy trong ruột có hôi mùi rượu thì tiểu được, hết phù.

- Trị áo quần có rận, rệp, bọ chét, chỉ: dùng Bách bộ, Tần giao nghiền nhỏ cho vào lồng tre xông khói lên, có thể nấu nước giặt.

- Trị giun kim: Bách bộ tươi, sắc keo thụt vào hậu môn trong một tuần.

- Trị giun đũa: Bách bộ 12g, sắc uống vào buổi sáng lúc đói, liên tục 5 ngày, sau đó dùng thuốc xổ mỗi sáng.

- Trị lao phổi: Bách bộ 12g sắc uống với bột Bạch cập 12g.

- Trị ho gà: Bách bộ 1220g, sắc uống với đường cát.

- Trị các chứng ho: Bách bộ 20g, sắc 2 lần được 60ml, chia làm 3 lần uống trong ngày.

- Trị mẩn ngứa ngoài da, viêm da mề đay, muỗi cắn, vẩy nến: Bách bộ xắt ra, dùng mặt xắt đó xát vào nơi đau, ngày nhiều lần hoặc Bách bộ 29g, Bàng sa, Hùng hoàng mỗi thứ 8g, sắc nước, rửa.

- Diệt ruồi, bọ, giòi...: Nước sắc Bách bộ, cho thêm ít đường, ruồi ăn chết đến 60%. Rắc bột Bách bộ vào hố phân, giết chết 100% giòi. Đốt Bách bộ rồi xông khói, diệt được ruồi, muỗi, bọ ché.

**ThS. VŨ THANH HIẾN**

*Sở Y tế*



# Rong biển- thực phẩm quý, thuốc hay

Ngày từ xa xưa, người ta đã biết đến rong biển như một nguồn thực phẩm vô cùng quý giá, người Nhật cho đến ngày nay có lẽ là một trong những quốc gia tiêu thụ rong biển đứng hàng đầu trên thế giới. Những lợi ích mà rong biển mang lại cho con người khiến họ ngay từ xa xưa đã gọi đây là “loại rau nước quý báu” hay “nguồn hạnh phúc của biển cả”.

Ngày nay với việc phát hiện ra hơn 20 loại nguyên tố như: Al, Mg, Ca, Na, K, Sr, Ba, Fe, Co, Zn, Ga, Be,..... có trong lá rong biển, khi đi sâu vào phân tích hàm lượng dinh dưỡng các nhà khoa học còn nhận thấy lá rong biển rất giàu chất bột đường, chất xơ, đạm, sinh tố và chất khoáng với hàm lượng sinh tố A trong lá rong biển cao gấp 2-3 lần so với cà rốt, canxi cao gấp 3 lần so với sữa bò, vitamin B2 cao gấp 4 lần trong trứng.....thêm một lần nữa

các nhà khoa học hàng đầu trên thế giới đã khẳng định những tác dụng cực kỳ tuyệt vời của rong biển với sức khỏe con người. Ngoài việc góp phần tạo sự dẻo dai, khỏe mạnh về thể chất và tinh thần, nó còn tham gia mật thiết vào quá trình điều trị một số bệnh mãn tính, phòng ngừa một số bệnh ung thư, giúp thanh lọc cơ thể, làm đẹp, giảm cân... Chính vì thế mà ngoài công dụng tuyệt vời về dinh dưỡng, ngày nay công nghệ dược- mỹ phẩm cũng đang khai thác triệt để những tính năng ưu việt mà rong biển mang lại.

## Làm giảm huyết áp

Hấp thu từ nước biển hơn 90 loại khoáng với hàm lượng muối thấp và canxi cao nên rong biển giúp làm hạ huyết áp rất hiệu quả. Vì lẽ đó, những bệnh nhân bị cao huyết áp nên bổ sung một cách ưu tiên rong biển vào thực đơn dinh dưỡng mỗi ngày.





## Giảm cholesterol trong máu- Giảm cân

Là thực phẩm có hàm lượng dinh dưỡng cao nhưng lượng calories lại thấp, rong biển là thực phẩm lý tưởng dành cho những bệnh nhân có hàm lượng cholesterol trong máu cao, đồng thời theo đánh giá của các nhà khoa học thành phần fucoxanthin kích hoạt UCPs hoặc protein tách cặp có trong rong biển giúp thúc đẩy các tế bào mỡ giải phóng axit béo được lưu trữ thành năng lượng hữu ích và hợp chất fucoxanthin giúp hạ thấp mức insulin, ức chế sự tích tụ các tế bào mỡ hỗ trợ giảm cân hiệu quả. Bên cạnh đó rong biển còn là thực phẩm ít calo, chất béo rất thích hợp để thêm vào thực đơn ăn kiêng mỗi ngày.

## Giúp diệt khuẩn, thanh lọc cơ thể và thải độc

Các nghiên cứu cho thấy, rong biển có tác dụng bổ máu, tim, thận, hệ tuần hoàn, hệ bài tiết và các cơ quan sinh dục. Chất fertile clement – thành phần quan trọng trong rong biển có tác dụng điều tiết máu lưu thông, tiêu độc, loại bỏ các cặn bã trong cơ thể, giúp chống lão hóa và trẻ hóa da. Nhờ vậy, ăn rong biển giúp không chỉ tốt cho sức khỏe mà còn giúp làm đẹp, ngăn ngừa và trị mụn trứng cá.

Ngoài rafertile clement còn là chất không thể thiếu của tuyến giáp, cơ quan tiết ra hooc-môn sinh trưởng, giúp cơ thể phát triển. Chính vì lẽ đó mà phụ nữ có thai và trẻ em được khuyến khích ăn các thực phẩm được chế biến từ rong biển.

## Phòng chống các bệnh ung thư đường tiêu hóa

Thành phần Alga alkane mannitol có trong rong biển là loại đường có hàm lượng calo thấp, giúp nuôi dưỡng các vi khuẩn có lợi cho ruột, làm cho thức ăn tiêu hoá nhanh và sớm loại bỏ các chất cặn bã lưu lại trong ruột.



*Phụ nữ có thai và trẻ em được khuyến khích ăn các thực phẩm được chế biến từ rong biển.*

Nhờ đó, ruột được làm sạch, tăng khả năng hấp thụ canxi. Vì thế, rong biển trở thành thực phẩm ngừa táo bón và thúc đẩy sự bài tiết hữu hiệu. Sử dụng rong biển thường xuyên sẽ giúp giảm nguy cơ mắc các bệnh ung thư đường ruột, kết tràng và trực tràng.

Ngoài ra kết quả báo cáo được đăng tải trên chuyên san Hiệp hội Nghiên cứu Ung thư Mỹ phát hiện chiết xuất từ tảo có thể ngăn chặn sự tăng trưởng của các tế bào ung thư dẫn đến ung thư hạch bạch huyết.

## Chống lại sự nhiễm phóng xạ

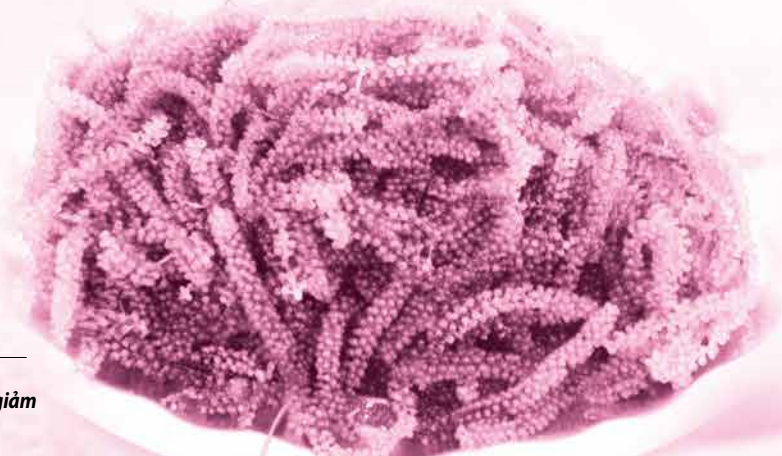
Ngay từ những năm 1960-1970 một nghiên cứu tại đại học McGill ở Canada cho biết trong rong biển chứa chất giúp loại trừ chất sitronti phóng xạ ra khỏi cơ thể. Vì lẽ đó rong biển còn được biết đến như một loại thảo dược sử dụng hàng ngày cho những

bệnh nhân ung thư có chỉ định xạ trị để hạn chế tác dụng nhiễm xạ đối với tế bào lành và đào thải nhanh chất phóng xạ ra ngoài cơ thể, hạn chế tới mức tối thiểu những triệu chứng khó chịu do xạ trị và hoá chất trong quá trình điều trị ung thư

## Công dụng của lá rong biển trong làm đẹp

Đặc biệt công dụng của lá rong biển trong làm đẹp hiện đang được rất nhiều các trung tâm chăm sóc sắc đẹp, spa, thẩm mỹ viện... khai thác triệt để nhằm mang đến làn da sáng mịn, trị mụn, chống lão hóa cho các quý cô. Đây được xem là một trong những phương pháp tự nhiên vô cùng hiệu quả đã được nhiều nước trên thế giới áp dụng trong đó có Việt Nam.

**BS,CKI. NGUYỄN THỊ UYÊN CHI**  
*BV. Bà Rịa*



*Bên cạnh tác dụng phòng chống ung thư, rong biển còn giúp cải thiện sức khỏe tim mạch, làm giảm huyết áp, thải độc và giảm nồng độ cholesterol trong máu, chống viêm....*



# Xử trí và phòng ngừa dị vật đường thở

**D**ị vật đường thở (hóc vật lạ) là từ để gọi một vật lạ rơi vào trong đường thở. Tai nạn thường xảy ra ở người già suy kiệt, hôn mê, ở người lớn cười giỡn trong khi ăn hoặc trẻ em lúc cho bú bình hoặc cho ăn không đúng cách.

**Nguyên nhân:**

- Do sặc sữa, cháo, cơm.
- Do hít vào đường thở các vật nhỏ như hạt đậu phộng, măng cầu, sa bô chê,...

**Dấu hiệu nhận biết:**

- Trẻ đang khỏe mạnh trước đó.
- Đột nhiên xuất hiện hội chứng xâm nhập gồm các dấu hiệu sau: ho sặc sụa, tím tái, khó thở.
- Trẻ bị ngạt có thể chết trong vòng vài phút nếu không được sơ cứu và cấp cứu kịp thời. Do đó người chăm sóc trẻ khi thấy trẻ đột ngột khó thở cần phải nghĩ ngay là trẻ bị ngạt do vật lạ rơi vào đường thở dù không ai nhìn thấy trẻ có nuốt thứ gì vào miệng hay không.

**Cách sơ cứu:**

- Nếu người bị nạn còn hồng hào, không khó thở: nên đặt ở tư thế ngồi thở, giữ yên trẻ và đưa đến cơ sở y tế để khám và gắp dị vật ra.
- Nếu người bị nạn tím tái, không thở, không khóc hoặc khóc yếu, nhanh chóng gọi cấp cứu và tiến hành các thủ thuật sau để giúp tống xuất dị vật ra khỏi đường thở của người bị nạn.

**Đối với trẻ dưới 2 tuổi:** dùng phương pháp vỗ lưng ấn ngực. (hình 1)



Hình 1

Đặt trẻ nằm sấp, đầu thấp trên cánh tay trái và giữ chặt đầu và cổ trẻ bằng bàn tay trái.

Dùng gót bàn tay phải vỗ 5 cái thật mạnh vào lưng trẻ ở khoảng giữa cả 2 bả vai.

Sau đó lật người trẻ sang tay phải, nếu thấy trẻ vẫn còn khó thở, dùng 2 ngón tay trái ấn mạnh 5 cái ở vùng nửa dưới xương ức hoặc dưới đường nối 2 vú một khoát ngón tay.

Nếu dị vật vẫn chưa rơi ra ngoài, hãy lật người trẻ lại và tiếp tục vỗ lưng. Luân phiên vỗ lưng và ấn ngực (khoảng 5-6 lần) cho tới khi dị vật được tống ra khỏi đường thở.

**Đối với trẻ lớn và người lớn:** dùng thủ thuật Heimlich. (hình 2)

**Trẻ còn tỉnh:** đứng sau lưng trẻ, vòng 2 tay ôm lấy thắt lưng trẻ. Nắm chặt bàn tay làm thành một quả đấm đặt ở vùng thượng vị, ngay dưới chóp xương ức, phía trên rốn.

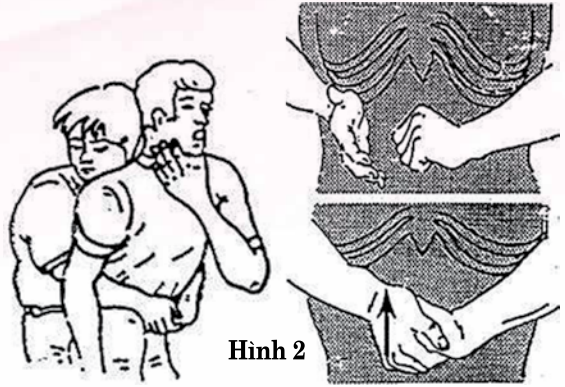
Ấn 5 cái dứt khoát theo hướng từ trước ra sau và từ dưới lên trên, mạnh, nhanh.

Có thể lặp lại 6-10 lần ấn bụng cho tới khi dị vật được tống ra khỏi đường thở.

**Trẻ hôn mê:**

Đề trẻ nằm ngửa, quỳ xuống dạng 2 chân cạnh đùi người bị nạn.

Đặt gót lòng bàn tay lên vùng thượng vị, dưới chóp xương ức, đặt tiếp bàn tay thứ 2 chồng lên bàn tay thứ nhất, ấn 5 cái dứt khoát, mạnh và nhanh vào bụng theo hướng từ dưới lên trên.



Hình 2

Có thể lặp lại 6-10 lần ấn bụng cho tới khi dị vật được tống ra khỏi đường thở.

**Chú ý:**

Nếu người bị nạn ngưng thở, phải bắt đầu thổi ngạt và xen kẽ thổi ngạt với việc làm thủ thuật Heimlich hay vỗ lưng ấn ngực cho tới khi bệnh nhân thở lại được.

Sau khi lấy được dị vật, vẫn nên đưa người bị nạn đến cơ sở y tế để kiểm tra.

**Những điều không nên làm trong sơ cứu:**

- Không can thiệp nếu người bị nạn vẫn còn hồng hào, có thể ho, thở hay khóc được.
- Không cố móc lấy dị vật ra nếu không nhìn thấy vì có khả năng làm dị vật rơi vào đường thở sâu hơn.

**Phòng ngừa:**

- Không để các vật nhỏ như khay áo, đồng xu, hạt trái cây, hạt đậu, ... nơi trẻ chơi và ngủ.
- Không cho trẻ nhỏ ăn đậu phộng, hạt nhỏ, kẹo cứng hoặc thức ăn có xương.
- Luôn theo dõi khi trẻ ăn. Cắt hoặc xé nhỏ thức ăn.

T.T.V

# Xử trí và phòng ngừa ngộ độc

**N**gộ độc xảy ra khi chất độc xâm nhập vào cơ thể qua đường uống, hít hoặc thấm qua da. Chất độc bao gồm: thuốc, hóa chất hoặc thức ăn. Các triệu chứng và mức độ nặng của ngộ độc xuất hiện tùy theo loại và lượng chất độc như: bong niêm mạc miệng khi uống phải chất ăn mòn; nôn mửa, tiêu chảy khi bị ngộ độc thức ăn, hoặc trong trường hợp nặng người bị nạn sẽ có biểu hiện hôn mê, khó thở, trụy mạch.

Về nguyên nhân thì ngộ độc ở trẻ em thường xảy ra do tai nạn, do uống nhầm hóa chất, trong khi đó ngộ độc ở người lớn thường là do tự tử; còn ngộ độc thức ăn thì gặp cả ở trẻ em và người lớn.

Trong các trường hợp ngộ độc thuốc hay hóa chất, cần xác định đó là chất độc gì để điều trị bằng thuốc giải độc đặc hiệu cho người bệnh, do đó nếu được hãy mang mẫu thuốc, hóa chất hoặc chất nôn tới cơ sở y tế để được xác định chất gây ngộ độc.

## Cách sơ cứu người bị ngộ độc qua đường uống:

*Nếu người bị nạn bất tỉnh:*

- Đặt người bị nạn ở tư thế an toàn bằng cách cho nằm nghiêng để tránh hít sặc chất nôn.

- Kiểm tra đường thở, nhịp đập và mạch đập, tiến hành thổi ngạt, ấn tim nếu cần.

*Nếu người bị nạn còn tỉnh:*

Loại bỏ chất độc ra khỏi cơ thể. Chất độc được nuốt vào sẽ đến dạ dày, ruột và vào máu. Nếu nhanh chóng loại bỏ chất độc trước khi vào máu thì sẽ ngăn ngừa được ngộ độc xảy ra. Biện pháp loại bỏ chất độc bao gồm làm cho bệnh nhân nôn ói hoặc dùng than hoạt gắn với chất độc để ngăn chặn chất độc vào máu. Vì thế cần phải thực hiện việc loại bỏ chất độc ngay tại nhà nếu thấy rằng phải mất nhiều thời gian để đưa được người bị

nạn đến cơ sở y tế.

*Gây nôn ói bằng cách kích thích thành sau họng:*

- Cho người bị nạn nằm áp mặt dưới đất hay nghiêng người tới trước, đầu thấp hơn ngực để ngăn không cho chất nôn vào phổi. Trẻ em có thể cho nằm áp mặt trên đầu gối người sơ cứu.

- Bảo người bị nạn dùng ngón tay ngoáy vào thành họng. Nếu người đó không làm được thì dùng ngón tay của bạn ngoáy vào thành sau họng một cách nhẹ nhàng để tránh làm tổn thương vùng này. Trong khi gây nôn phải dùng 2 ngón tay kia ép má người bị nạn ở giữa 2 hàm răng để người bị nạn không thể cắn vào bạn được.

- Nếu được, nên giữ lại chất nôn và mang theo đến cơ sở y tế để xác định loại chất độc.

*Không gây nôn khi:*

- Người bị nạn bất tỉnh, hôn mê hay đang co giật vì có thể làm chất nôn vào đường thở.

- Người bị nạn nuốt phải chất gây bong như chất ăn mòn, axit, kiềm.

- Người bị nạn nuốt phải dầu lửa. Dùng than hoạt tính uống để hấp phụ chất độc.

Sau khi sơ cứu, tất cả các trường hợp ngộ độc hoặc nghi ngờ ngộ độc đều phải được đưa đến cơ sở y tế càng sớm càng tốt.

## Đối với trường hợp bị ngộ độc thuốc:

Tùy theo loại thuốc mà bệnh nhân sẽ có những dấu hiệu khác nhau như:

- Ngủ gà, hôn mê (thuốc ngủ, an thần).

- Kích thích, ảo giác, đỏ da (kháng dị ứng).

- Thở chậm không đều (á phiện và dẫn xuất).

*Cách sơ cứu:*

*Nếu người bị nạn bất tỉnh:* kiểm tra nhịp thở và mạch đập, tiến hành thổi ngạt, ấn tim nếu cần.

*Nếu người bị nạn còn tỉnh:* móc họng cho nôn ói, xen kẽ cho uống nhiều nước.

Nhanh chóng đưa người bị nạn tới cơ sở y tế.

*Cách phòng ngừa:*

- Thuốc phải để trong tủ khóa lại.

- Dùng thuốc đúng theo sự hướng dẫn của thầy thuốc, không cho trẻ em uống thuốc của người lớn.

- Cha mẹ nhờ cô giáo cho cháu uống phải có đơn của bác sĩ hay giấy ghi lại rõ ràng, cụ thể.

## Đối với trường hợp bị ngộ độc thức ăn:

*Nguyên nhân:*

- Do ăn phải thức ăn không hợp vệ sinh có nhiễm vi khuẩn (Salmonella) hoặc nhiễm độc tố do vi khuẩn tiết ra (tụ cầu, vi khuẩn kỵ khí).

- Do ăn thức ăn có chứa sắn độc tố: nấm độc, cá nóc, khoai mì cao sản, thực phẩm nhiễm thuốc trừ sâu,...

*Dấu hiệu nhận biết:*

Vài giờ sau khi ăn xuất hiện các dấu hiệu như buồn nôn, nôn; đau bụng; tiêu chảy phân lỏng nhiều; sốt (khi thức ăn bị nhiễm khuẩn),...

*Cách sơ cứu:*

- Nếu người bị nạn ngưng thở (thường trong ngộ độc cá nóc): tiến hành thổi ngạt ngay và tiếp tục thổi ngạt trên đường chuyên đến cơ sở y tế.

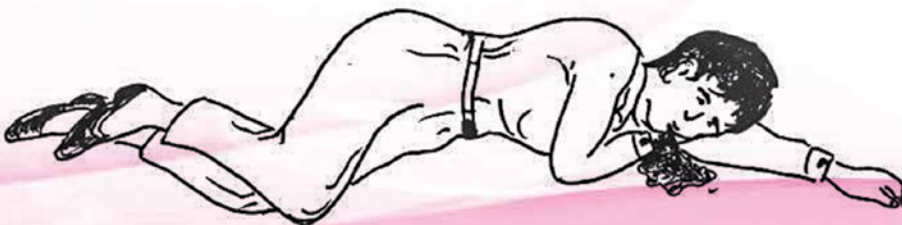
- Nếu người bị nạn còn tỉnh táo: Gây nôn (ói) bằng cách kích thích thành sau họng.

Sau đó cho uống nhiều nước (nước chín, nước trái cây, nước oresol,...) để tránh mất nước do nôn và tiêu chảy.

Đưa tới cơ sở y tế nếu người bệnh có các dấu hiệu mất nước như mắt trũng, khát, tay chân lạnh hoặc sốt cao, nôn ói, tiêu chảy nhiều.

Phòng ngừa: Sử dụng thực phẩm có nguồn gốc rõ ràng, đảm bảo an toàn vệ sinh thực phẩm; thực hiện ăn chín uống chín; rửa tay trước khi ăn; thực hiện tốt 10 nguyên tắc vàng trong chế biến thực phẩm.

T.T.V





TTYT HUYỆN LONG ĐIỀN:

## Hội thi “kỹ năng thực hành y khoa trong cấp cứu hồi sức”

Ngày 22/8/2015, TTYT huyện Long Điền tổ chức Hội thi “Kỹ năng thực hành Y khoa trong cấp cứu hồi sức”, với mục đích nâng cao chất lượng khám, chữa bệnh, hướng đến sự hài lòng của bệnh nhân, đồng thời, tạo cơ hội để học tập, trao đổi kinh nghiệm trong công tác điều trị, chăm sóc, hạn chế sai sót chuyên môn và sự cố y khoa.

Nội dung chính của hội thi là “Kỹ thuật Hồi sinh tim phổi và kỹ thuật Đặt nội khí quản” thông qua hình thức thi thực hành và ứng xử.

Tham gia hội thi có 14 đội đến từ các khoa, phòng, tổ, đội, TYT, PKKV trực thuộc TTYT huyện Long Điền. Thành phần Giám Khảo gồm có ThS. BS. Nguyễn Thế Trung – GD TTYT làm Trưởng ban và một số trưởng khoa, phòng làm thành viên. BTC cũng mời BS. Nguyễn Thành Sơn – Giám đốc TTYT huyện Đất Đỏ tham gia thành phần Ban giám khảo.



Thi kỹ thuật Hồi sinh tim phổi.



Thi kỹ thuật đặt nội khí quản.



Trao giải cho các đội đạt giải cao.

Sau 01 ngày làm việc tích cực và sôi nổi, các đội đã hoàn thành phần thi của mình, BGK đã làm việc công

tâm, khoa học và trao giải Nhất cho Khoa Nội, giải Nhì cho Khoa Khám bệnh và giải Ba cho Khoa Đông y – PHCN. Bên cạnh đó, Hội thi còn có các giải khuyến khích, giải thưởng phụ do BTC và các Mạnh Thường Quân trao tặng.

Được biết, trước khi Hội thi diễn ra, vào các ngày 04, 13, 20/8/2015, TTYT huyện đã tổ chức tập huấn các kỹ thuật y khoa cho nhân viên trong toàn đơn vị.

Tin ảnh: **KIM DUNG**

BỆNH VIỆN TÂM THẦN TỈNH BR-VT:

## Tổ chức các hoạt động kỷ niệm 70 năm Cách mạng tháng Tám và Quốc khánh 2/9

Kỷ niệm 70 năm cách mạng tháng Tám và quốc khánh 2/9, trong các ngày 26-28/8/2015, Bệnh viện Tâm Thần tổ chức các hoạt động vui chơi liên hoàn: trò chơi chung sức, trò chơi vận động và Hội thi văn nghệ chủ đề “Giai điệu Tổ Quốc”; riêng ngày 01/9/2015, bệnh viện tổ chức mít tinh kỷ niệm Quốc khánh.

Tham gia các hoạt động, có 70 cán bộ, nhân viên y tế tham gia hội thi các trò chơi và 21 tiết

mục văn nghệ, gồm các thể loại đơn ca, song ca, tam ca, tốp ca và múa. Tại lễ kỷ niệm, Bác sĩ Ngô Thành Phong - Giám đốc Bệnh viện kêu gọi cán bộ nhân viên y tế phát huy truyền thống Cách mạng tháng Tám, tăng cường tinh thần đoàn kết, nâng cao chất lượng khám chữa bệnh, ra sức thi đua lập thành tích chào mừng Đại hội Đảng các cấp tiến tới Đại hội Đảng toàn quốc lần thứ XII.

Tin ảnh: **XUÂN NINH**



Trò chơi chung sức.



Thi văn nghệ.





## Ra quân chiến dịch diệt lãng quăng đợt II/2015

Ngày 10/9, chiến dịch diệt lãng quăng phòng, chống dịch sốt xuất huyết lần 2 được tổ chức đồng loạt tại tất cả các xã, phường, thị trấn, trường học trong tỉnh. Sau buổi mít tinh, các cộng tác viên đến tận hộ gia đình để tuyên truyền, vận động, hướng dẫn người dân diệt lãng quăng và ký cam kết thực hiện các biện pháp phòng bệnh sốt xuất huyết...

Việc đồng loạt tổ chức chiến dịch diệt lãng quăng hàng năm vào những tháng cao điểm nhằm nâng cao nhận thức của người dân, nâng cao trách nhiệm của các cấp chính quyền, đoàn thể, góp phần giảm bớt nguy cơ bùng phát dịch sốt xuất huyết trên địa bàn.

Sở Y tế tỉnh BR-VT đã thành lập 3 đoàn đi giám sát, hỗ trợ các địa phương trong đợt ra quân này.

Tin ảnh: **LÊ XUÂN**



Kiểm tra lãng quăng ở các dụng cụ chứa nước tại phường 12, TP. Vũng Tàu.



Bác sĩ BV Lê Lợi theo dõi sát tình hình sức khỏe của bệnh nhân lọc máu liên tục.

## BỆNH VIỆN LÊ LỢI: Thực hiện thành công ca lọc máu liên tục

Ngày 07/9/2015, bệnh viện Lê Lợi tiếp nhận bệnh nhân Nguyễn Hoàng Sơn (57 tuổi ở phường Thắng Nhì, TP.Vũng Tàu) nhập viện trong tình trạng khó thở, phù to toàn thân, thiếu máu ở mức độ trung bình. Bệnh nhân được chẩn đoán suy thận mạn giai đoạn cuối kèm theo viêm phổi, đái tháo đường, tăng huyết áp và suy tim. Bệnh nhân đã được tiến hành kỹ thuật lọc máu liên tục trong 24h. Theo Bs. Vũ Thị Phương Nga – Khoa Hồi sức tích cực chống độc, cho biết: tình hình sức khỏe người bệnh đã ổn định, tuy nhiên vẫn phải tiếp tục theo dõi.

Đây là ca lọc máu liên tục đầu tiên của khoa Hồi sức tích cực và chống độc, bệnh viện Lê Lợi đã tiếp nhận và thực hiện thành công. Được biết, kỹ thuật lọc máu liên tục do Bệnh viện Nhân dân 115 chuyển giao cho Bệnh viện Lê Lợi theo đề án 1816.

Tin ảnh: **XUÂN LÊ**



Tranh vui





# 4 người nhập viện vì ngộ độc cá nóc

Vợ chồng anh T và 2 con trai (trú tại phường Nguyễn An Ninh- TP. Vũng Tàu) được đưa vào cấp cứu tại bệnh viện Lê Lợi lúc 22h ngày 17/9. Trước đó, anh T đã đánh bắt được ít cá nóc và mang về nấu canh chua cho cả nhà cùng ăn. Sau 3h, các bệnh nhân có biểu hiện tê các đầu ngón tay, tê môi, tê lưỡi.

Với các thông tin người nhà cung cấp, các bác sĩ của Bệnh viện Lê Lợi nhanh chóng xác định cả 4 trường hợp bị ngộ độc cá nóc. Ngay sau khi tiếp nhận, Khoa Hồi sức tích cực chống độc đã tiến hành súc rửa dạ dày để loại bỏ các độc tố, sau đó cho truyền dịch. Đến sáng 18/9, tình trạng sức khỏe anh T và 2 con trai đã ổn định và bình phục trở lại, riêng chị X (vợ anh T) vẫn còn ói.

Bs. Vũ Thị Phương Nga – Trưởng Khoa Hồi sức tích cực chống độc, cho biết: Bệnh nhân ăn với số lượng ít, vào viện sớm và được xử lý kịp thời nên tình trạng sức khỏe bệnh nhân đã ổn định. Theo tin từ bệnh viện Lê Lợi, ngoài 4 ca ngộ độc cá nóc hiện tại, thì trong năm 2015 còn ghi nhận 5 trường hợp ngộ độc cá nóc.

Theo Cục An toàn vệ sinh thực phẩm, cá nóc thuộc nhóm độc tố nguy hiểm, sau khi ăn từ 5 phút đến 3-4 giờ sau mới xuất hiện cảm giác ngứa ở miệng; môi, lưỡi tê, khó chịu. Tiếp theo thấy mệt mỏi, chóng mặt, choáng



Bệnh nhân được chăm sóc tại bệnh viện Lê Lợi. Ảnh: THẾ PHI

váng, cảm giác như nghẹt thắt lồng ngực, vã mồ hôi, tiết nước dãi, sùi bọt mép, nói khó, nuốt khó, mặt ửng đỏ, đau bụng, buồn nôn, nôn, run giật, cứng hàm, cứng lưỡi, chi dưới yếu, đồng tử co, liệt vận động nhãn cầu. Trường hợp nặng xuất hiện liệt toàn thân, người mềm ra, chân tay mất khả năng vận động, da tím tái, nhiệt độ và huyết áp giảm, khó thở, cuối cùng liệt cơ hô hấp, truy tim mạch và tử vong. Tỷ lệ tử vong rất cao (60%) nếu không được cấp cứu kịp thời.

Để phòng tránh ngộ độc cá nóc, người dân cần thực hiện các biện pháp sau:

- Loại bỏ cá nóc ngay từ khi kéo lưới, đánh bắt tại bên cá;
- Loại bỏ cá nóc lẫn cá thường khi phơi khô;
- Không làm chả cá nóc, bột cá nóc hoặc các sản phẩm cá nóc khác để bán;
- Không ăn cá nóc tươi và các sản phẩm chế biến từ cá nóc;
- Khi ăn phải cá nghi ngờ là cá nóc: Nếu xuất hiện dấu hiệu ngứa họng, tê môi, tê lưỡi, tê bàn tay thì gây nôn ngay bằng ngoáy thành sau họng, uống thuốc giải độc (than hoạt và Sorbitol), đồng thời phải đến ngay cơ sở y tế để được cấp cứu kịp thời.

Tin ảnh: **XUÂN LÊ**



## Thư giãn

### Quan tâm

Người bạn hỏi thăm:

- Này, vợ cậu có hay quan tâm đến cậu không?
- Rất chu đáo là đằng khác!
- Thế điều quan tâm nhất của vợ cậu là gì?
- Lương và phong bì!
- !!!

### Châm cứu sâu

Anh chồng dẫn vợ đi châm cứu chữa bệnh. Tới đầu hẻm, cô vợ nằng nặc đòi về:

- Em không châm cứu nữa đâu, về thôi anh ơi!
- Có gì đâu mà sợ?
- Anh hãy đọc biển báo hướng dẫn đây này: “Châm cứu vào sâu 30 mét”! Ai mà chịu nổi.
- !!!

**HỒ THỊ THU HẰNG**  
Đà Nẵng



Quang cảnh lớp tập huấn.

## Tập huấn “Ứng phó với bệnh Tay chân miệng” cho giáo viên mầm non

Nhằm để củng cố và thông tin thêm kiến thức về phòng, chống bệnh Tay – Chân – Miệng (TCM) cho đội ngũ quản lý và giáo viên mầm non của huyện Long Điền, ngày 19/9/2015 TTYT huyện Long Điền phối hợp với phòng Giáo dục và Đào tạo tổ chức lớp tập huấn phòng chống bệnh TCM cho khối giáo viên mầm non trong toàn huyện.

Bác sĩ Dương Văn Muôn – PGĐ TTYT huyện đã cung cấp những kiến thức cơ bản về bệnh TCM, nguyên nhân, đường lây truyền, những biểu hiện của bệnh qua đó có thể nhận biết bệnh sớm, qua đó có thể nhận biết bệnh sớm đưa trẻ đến khám tại các cơ sở Y tế kịp thời. Đặc biệt Bs Dương Văn Muôn đã hướng dẫn cách phòng bệnh, cách vệ sinh, khử khuẩn sân nhà, đồ chơi, vật dụng của trẻ để phòng ngừa lây nhiễm bệnh trong trường học.

Qua buổi tập huấn, hầu hết giáo viên đều nắm được nguyên nhân gây bệnh và cách phòng, chống bệnh để chủ động bảo vệ sức khỏe cho các cháu mầm non trong năm học mới.

Tin ảnh: **PHAN QUỲNH**  
TTYT huyện Long Điền

## Sinh hoạt chuyên môn về kỹ năng viết báo cho cán bộ viên chức

Nhằm nâng cao năng lực chuyên môn về viết báo của cán bộ viên chức, góp phần nâng cao chất lượng tin, bài cho Bản tin Sức khỏe Ngành Y tế, qua đó tăng cường hiệu quả hoạt động truyền thông giáo dục sức khỏe, ngày 16/9/2015, Trung tâm Truyền thông – Giáo dục sức khỏe đã tổ chức buổi sinh hoạt chuyên môn về kỹ năng viết báo với sự tham gia của toàn thể cán bộ, viên chức trung tâm.

Tại buổi sinh hoạt, các thành viên đã chia sẻ những kỹ năng cơ bản cũng như kinh nghiệm trong quá trình làm báo và chụp ảnh báo chí, qua đó nâng cao năng lực làm báo cho từng viên chức trong đơn vị, hướng đến mục tiêu không ngừng nâng cao chất lượng Bản tin Sức khỏe BR –VT.

Tin ảnh: **PHƯƠNG THỦY**



Sinh hoạt chuyên môn về kỹ năng viết báo cho cán bộ viên chức.

## Truyền thông giáo dục sức khỏe trong trường học



Cán bộ Trung tâm TT-GDSK nói chuyện sức khỏe tại trường TH Hải Nam.

Thực hiện kế hoạch triển khai mô hình điểm về nâng cao sức khỏe trường học, sáng 21/9/2015, Trung tâm TT-GDSK phối hợp cùng Trường tiểu học Hải

Nam TP. Vũng Tàu tổ chức buổi nói chuyện sức khỏe với chủ đề phòng, chống bệnh sốt xuất huyết.

Bs. Nguyễn Văn Lân – Giám đốc Trung tâm TT-GDSK đã truyền tải những nội dung ngắn gọn, dễ hiểu về phòng chống bệnh sốt xuất huyết cho hơn 1000 em học sinh và thầy cô giáo của trường để các em cũng như các thầy cô giáo hiểu biết đầy đủ hơn về bệnh SXH, đặc biệt là các biện pháp phòng chống, qua đó triển khai ngay tại trường, lớp và các em sẽ là truyền thông viên tại gia đình và hàng xóm, góp phần chung tay PC SXH

Cũng trong khuôn khổ hoạt động này, Đoàn Thanh niên Trung tâm TT-GDSK lồng ghép tổ chức phát tờ rơi, hướng dẫn các em học sinh về các biện pháp phòng bệnh sốt xuất huyết tại gia đình và trong trường học.

Tin ảnh: **THANH AN**



## Văn bản chỉ đạo về cải cách hành chính của Sở Y tế

**N**gày 09/9/2015, Sở Y tế ra văn bản số 2417/SYT-NVY, triển khai Quyết định số 3516/QĐ-BYT ngày 24/8/2015 của Bộ Y tế về việc công bố thủ tục hành chính mới ban hành thuộc phạm vi chức năng quản lý của Bộ Y tế.

Ngày 10/9/2015, Sở Y tế ra văn bản số 2443/SYT-VP, triển khai Thông tư 19/2015/TT-BYT ngày 15/7/2015 của Bộ Y tế về kiểm tra, xử lý, rà soát hệ

thống văn bản quy phạm pháp luật trong lĩnh vực quản lý nhà nước của Bộ Y tế.

Nội dung các văn bản nêu trên đã được đăng tải trên cổng thông tin điện tử của Sở Y tế, địa chỉ: [soyte.baria-vungtau.gov.vn](http://soyte.baria-vungtau.gov.vn) và trên cổng thông tin điện tử của Trung tâm TT-GDSK, địa chỉ: [t4g.org.vn](http://t4g.org.vn).

**HOA VIỆT (TT)**

SỞ Y TẾ TỈNH BRVT:

### Báo cáo công tác cải cách hành chính quý III năm 2015

**B**áo cáo của SYT bao gồm 6 nội dung: cải cách thể chế; cải cách thủ tục hành chính; cải cách tổ chức bộ máy hành chính; xây dựng nâng cao chất lượng đội ngũ cán bộ công chức viên chức; cải cách tài chính công và hiện đại hóa nền hành chính nhà nước.

Kết quả đánh giá của Sở Y tế cho thấy: công tác cải cách hành chính đã góp phần nâng cao hiệu quả hoạt động của ngành, cụ thể như: việc triển khai thực hiện, giải quyết những vướng mắc... được rút ngắn thời gian, đảm bảo đúng quy định và giảm thiểu tối đa số lần đi lại của các tổ chức, công dân; góp phần cải thiện mối quan hệ giữa CB-CCVC của ngành Y tế tỉnh BRVT với cá nhân, tổ chức đến liên hệ công tác tại địa bàn.

Phương hướng tiếp theo của Sở Y tế tỉnh sẽ là: tiếp tục duy trì và thực hiện tốt 6 nội dung nêu trên; tăng cường công tác kiểm tra, giám sát các đơn vị trong công tác thực hiện các thủ tục hành chính theo Nghị định 63/2010/NĐ-CP ngày 08/6/2010 của Chính phủ về kiểm soát thủ tục hành chính; tiếp tục triển khai và hoàn thiện việc ứng dụng công nghệ thông tin trong hoạt động của ngành Y tế...

**HOA VIỆT (TT)**

SỞ Y TẾ:

### Thông báo rút số đăng ký, đình chỉ lưu hành và thu hồi thuốc chứa hoạt chất Biphenyl dimethyl dicarboxylat và thuốc chứa hoạt chất Cefetamet đang lưu hành tại Việt Nam

**C**ăn cứ Quyết định số 442/QĐ-QLD ngày 10/8/2015 của Cục Quản lý Dược về việc rút số đăng ký, đình chỉ lưu hành và thu hồi thuốc chứa hoạt chất Biphenyl dimethyl dicarboxylat và thuốc chứa hoạt chất Cefetamet đang lưu hành tại Việt Nam;

Theo đó, ngày 31/8/2015, Sở Y tế đã phát hành văn bản số 203/TB-SYT thông báo: đình chỉ lưu hành và thu hồi thuốc chứa hoạt chất Biphenyl dimethyl dicarboxylat và thuốc chứa hoạt chất Cefetamet có tên trong danh mục; Phòng Y tế huyện, thành phố, Công ty kinh doanh thuốc phổ biến nội dung thông báo đến các cơ

sở kinh doanh, sử dụng thuốc trên địa bàn, phạm vi quản lý; đồng thời kiểm tra, giám sát việc thực hiện thuốc trả về nhà cung cấp để hủy bỏ; xử lý các cơ sở vi phạm theo quy định hiện hành.

Danh mục thuốc rút số đăng ký và danh mục các thuốc đình chỉ lưu hành và thu hồi kèm theo Quyết định số 442/QĐ-QLD ngày 10/8/2015 của Cục Quản lý Dược đã được đăng tải trên cổng thông tin điện tử của Sở Y tế, địa chỉ: [soyte.baria-vungtau.gov.vn](http://soyte.baria-vungtau.gov.vn) và trên cổng thông tin điện tử của Trung tâm TT-GDSK, địa chỉ: [t4g.org.vn](http://t4g.org.vn).

**HOA VIỆT (TT)**

## Điều dưỡng Nguyễn Quốc Vinh -

# Quang sáng vươn xa

Vào một ngày đẹp trời, chúng tôi cùng đoàn kiểm tra, giám sát của Trung tâm TT-GDSK đến làm việc tại Trung tâm Y tế Tp. Bà Rịa. Qua phòng khám Ngoại có ca đang thay vết thương bệnh nhân là cụ bà chừng ngoài 60. Theo thói quen của nghề nghiệp, chúng tôi lấy máy chụp vài tấm hình để làm tư liệu. Ngồi vào hàng ghế chờ bên ngoài, chúng tôi nghe được những lời dặn dò nhẹ nhàng, chu đáo từ bên trong: “Vết thương của bà đã ổn rồi”, “Bà không nên đi lại nhiều sẽ ảnh hưởng đến vết thương”, “Hàng ngày bà đến thay băng bà nhé!” và sau đó là những lời cảm ơn từ phía bệnh nhân: “Cảm ơn bác sĩ! Cảm ơn bác sĩ!”.

Được biết, bệnh nhân là bà Phạm Thị Nhài, 68 tuổi, ở tổ 14, ấp Hưng Điền, Tp. Bà Rịa, bà cho biết: Chân tôi có vết chai sạn, đi dép nó cứ cộm, cộm cộm, đau lắm! Tôi bị cả hai chân, lần trước tôi điều trị ở chân phải và lần này tôi điều trị chân trái. Ban đầu, tôi đòi làm cả hai chân, nhưng bác sĩ không chịu. Bác sĩ nói tuổi của tôi đã già không đủ sức để điều trị cả hai chân cùng một lúc. Bác sĩ ở đây nhiệt tình lắm, tôi rất yên tâm!

Và nhân viên y tế nhiệt tình, chu đáo chăm sóc cho người bệnh đó là Điều dưỡng Nguyễn Quốc Vinh – Khoa Khám bệnh, Cấp cứu TTYT Tp. Bà Rịa người đã được ban lãnh đạo đơn vị và đồng nghiệp giới thiệu với chúng tôi về gương sáng của đơn vị. Chúng tôi đã làm quen, trò chuyện

và anh vui vẻ cho biết: Năm nay anh 29 tuổi. Sinh ra và lớn lên tại đất mũi Cà Mau. Vì gia đình quá khó khăn anh không thể tiếp tục việc học. Học hết lớp 9, một mình anh bươn trải đến tỉnh BR-VT. Tại đây, anh kiếm sống bằng nhiều công việc khác nhau, như: làm thuê bán gạo, bán xăng, giữ xe..., việc gì anh cũng làm. Ngoài giờ làm, anh theo học lớp bổ túc văn hóa. Tốt nghiệp phổ thông trung học, anh thi đậu vào trường Trung cấp Y tỉnh BR-VT. Trong quá trình học, anh luôn là học sinh tiêu biểu của nhà trường. Năm 2011, Nguyễn Quốc Vinh tốt nghiệp ra trường đạt loại khá và được TTYT Tp. Bà Rịa nhận vào làm tại Khoa Khám bệnh, Cấp cứu cho tới nay. Không chỉ dừng lại ở đó, Vinh tiếp tục con đường học tập. Vinh cho biết: “Em thích học lắm!”. Hàng tuần,



Điều dưỡng Nguyễn Quốc Vinh đang tận tình chăm sóc vết thương cho bệnh nhân tại TTYT TP. Bà Rịa. Ảnh: THẾ PHI



Trung tâm Y tế thành phố Bà Rịa.

đồng nghiệp và chịu khó học hỏi kinh nghiệm từ những đồng nghiệp đi trước. Bs.Vũ Hoàng Giang – phòng khám Ngoại, cho biết thêm: Vinh là cánh tay hỗ trợ đắc lực của tôi. Hàng ngày, tại phòng khám chúng tôi tiếp nhận từ 40 đến 50 bệnh nhân, trong đó có những ca bệnh phức tạp, say xin... Vì say nên họ có những hành động phá rối, cản trở công việc... Từ ngày có Vinh hỗ trợ tôi thấy áp lực công việc đã giảm đi rất nhiều và chất lượng chuyên môn cũng luôn được đảm bảo”.

Không chỉ xuất sắc trong hoạt động chuyên môn, điều dưỡng Nguyễn Quốc Vinh còn là Bí thư năng động, nhiệt tình của Chi đoàn Trung tâm Y tế Tp.Bà Rịa. Anh cho biết: Hoạt động sắp tới của Chi đoàn sẽ là tham gia cùng Thành đoàn Tp.Bà Rịa tặng ghế đá đặt tại Tượng đài Liệt sĩ Tp.Bà Rịa, hoạt động “Đền ơn đáp nghĩa” tại Phước Tinh...

Khám phục trước những nghị lực và ý chí vươn lên của chàng trai trẻ - điều dưỡng Nguyễn Quốc Vinh, chúng tôi những mong anh luôn giữ mãi bầu nhiệt huyết, phấn đấu vươn xa, giúp cho người và giúp cho mình.

**HOA VIỆT**

➔ cứ chiều thứ Sáu, Vinh “phóng xe” đến tận Bình Phước học lấy bằng Y sĩ, chiều Chủ nhật lại “phóng xe” về BR-VT để tiếp tục công việc hàng tuần tại trung tâm. Cứ thế, đến nay anh đã học xong Y sĩ và mục tiêu tiếp đến là thi học lên Bác sĩ đa khoa. Với công việc nhà, mặc dù công việc tại trung tâm đã rất vất vả, bận rộn, nhưng trưa nào Vinh cũng chạy về “Quán cơm cô Liễu” tại phường 11,

Tp.Vũng Tàu để phụ giúp vợ, nơi đó là tổ ấm mà chính bản thân anh đã xây dựng lên và là hậu phương giúp anh phấn đấu học tập vươn lên.

Với bản tính siêng năng, chịu khó lại không ngại khó khăn nên việc nào anh cũng cố gắng hoàn thành tốt. Hàng năm anh luôn được đánh giá hoàn thành tốt nhiệm vụ, được lãnh đạo tin tưởng, đồng nghiệp quý mến. Anh luôn nhiệt tình giúp



## Thư giãn

### Hóa tính của rượu

Trong giờ Hóa, thầy giáo hỏi một học sinh:

-Em hãy cho biết tính chất hóa học của rượu?

-Da, rượu là một chất lỏng không màu nhưng làm đỏ mặt người. Không tự cháy nhưng làm cháy túi tiền. Nó tác dụng mạnh với “mộc tồn” tạo chất hưng phấn và làm bay hơi nhân cách!

-!!!

### Làm gì có

Chồng muốn đưa vợ đi xa lập nghiệp, vợ nhất định không chịu. Năn nỉ một hồi, chồng bực mình quát:

-Sao ngày mới quen tôi, cô nói rằng sẽ theo tôi đến tận chân trời góc bể cơ mà?

-Vâng, nhưng làm gì có chân trời góc bể trên đời này!

-???

### Điều tuyệt vời

Một người tâm sự với bạn:

-Đêm tân hôn, mình thực sự được cảm nhận điều tuyệt vời nhất!

-Đó là lúc, cậu ở bên chàng chứ gì?

-Không! Đó là thời gian hai đứa ngồi kiểm phong bì người ta đi cưới!

-???

**HỒ THỊ THU HẰNG**

*Dà Nẵng*

# Muộn phiền lặng giũ

Lặng thầm trả tỉnh cho say  
Trả mưa cho nắng trả ngày cho đêm  
Lặng thầm trả nhớ cho quên  
Trả luôn gang tấc về bên nghìn trùng

Nhọc nhần thôi nhé thông dong  
Muộn phiền lặng giũ sạch bong một lần  
Nhành mai nào thấy trước sân?  
Lòng riêng cứ nhẹ nhàng xuân không mùa.

CAO XUÂN SƠN



# BR-VT ĐỒNG LOẠT RA QUÂN CHIẾN DỊCH DIỆT LĂNG QUĂNG ĐỢT II NĂM 2015



*Lễ phát động ra quân tại các xã, phường, thị trấn.*



*Kiểm tra lăng quăng trong các dụng cụ chứa nước.*



*Hướng dẫn người dân dọn dẹp, xử lý môi trường, truy diệt lăng quăng.*