

BẠN CÓ BỊ TIÊU CHẢY KHÔNG?

Nó có thể được gây ra bởi một loại vi khuẩn có tên là *Shigella*.



Bảo vệ bản thân và cộng đồng của bạn

Shigella lây lan **RẤT DỄ DÀNG** từ người này sang người khác. Nếu bạn bị tiêu chảy, **HÃY LÀM THEO** các bước đơn giản sau:



RỬA TAY, đặc biệt là sau khi đi vệ sinh.



CHỜ quan hệ tình dục cho đến khi đã hết hoàn toàn tiêu chảy. Sử dụng các tấm ngăn cách (như bao cao su hoặc miếng dán nha khoa) khi quan hệ tình dục.



KHÔNG chuẩn bị thức ăn cho người khác trong khi bạn bị bệnh.



TRÁNH bơi cho đến khi bạn đã hồi phục hoàn toàn.

Các triệu chứng có thể bao gồm **tiêu chảy, sốt, và chuột rút**. Ngay cả sau khi bạn cảm thấy khỏe hơn, bạn vẫn có thể lây lan *Shigella* trong phân của bạn trong vài tuần.

MỌI NGƯỜI BỊ BỆNH NHƯ THẾ NÀO

Shigella lây lan khi một người bị nhiễm phân từ người bệnh vào miệng của họ. Ngay cả những lượng phân cực nhỏ cũng có thể khiến ai đó bị bệnh.



Tay

Có vi khuẩn *Shigella* trên tay của bạn sau đó chạm vào thức ăn hoặc miệng của bạn.



Món ăn

Ăn thức ăn do người bị bệnh (hoặc mới bị bệnh) chế biến trong khi nhiễm *Shigella*.



Nước

Nuốt nước khi bơi hoặc uống nước bị nhiễm phân có vi khuẩn *Shigella*.



Tình dục

Tiếp xúc với vi trùng từ phân khi quan hệ tình dục với người bị bệnh hoặc mới bị bệnh nhiễm *Shigella*.

Nếu bạn nghĩ rằng bạn có thể bị nhiễm *Shigella*, hãy nói chuyện với bác sĩ của bạn.