

**ansm**

Agence nationale de sécurité du médicament  
et des produits de santé



TƯ VẤN VÀ DỰ PHÒNG

# CẦN LÀM GÌ KHI BỊ CẢM CÚM?

Thông tin tư vấn và cảnh báo  
khi sử dụng một số loại thuốc cảm cúm



**BẠN NÊN BIẾT**

Cảm cúm thông thường  
sẽ tự hết sau 7-10 ngày  
mà **KHÔNG CẦN ĐIỀU TRỊ**



## **BẠN CÓ THỂ LÀM GÌ ĐỂ THOẢI MÁI HƠN ?**

- ☑ **Giữ ẩm niêm mạc mũi**  
với dung dịch rửa thích hợp :  
nước muối sinh lý, nước ẩm xịt  
mũi hoặc nước biển...
- ☑ **Uống đủ nước**
- ☑ **Kê cao đầu khi ngủ**
- ☑ **Giữ nhiệt độ trong phòng** khoảng  
18-20°C và thông thoáng khí

### **Tránh:**

- ☑ Sử dụng điều hòa  
làm giảm độ ẩm  
không khí, khiến  
niêm mạc mũi bị khô
- ☑ Hút thuốc lá hoặc hít  
khói thuốc lá

Nếu những biện pháp dưới đây không cải thiện triệu chứng của bạn, hãy xin tư vấn từ dược sĩ trước khi dùng thuốc.



# Thông tin cần biết trước khi sử dụng thuốc co mạch

Thuốc co mạch là thuốc làm thông mũi. Thuốc thường được dùng kết hợp với thuốc giảm đau (paracetamol, ibuprofen) hoặc thuốc kháng histamin (cetirizin).



## NHỮNG RỦI RO KHI SỬ DỤNG THUỐC CO MẠCH

- ◆ **Biến cố mạch máu não:**  
méo miệng, yếu cơ tay hoặc cơ chân, rối loạn ngôn ngữ, rối loạn thăng bằng, đau đầu dữ dội hoặc giảm thị lực.
- ◆ **Biến cố tim mạch như nhồi máu cơ tim:**  
cơn đau ngực kéo dài tới hàm, tới tay trái hoặc cả hai tay và lưng, tái nhợt, ngất xỉu, vã mồ hôi, thở nông, buồn nôn, lo lắng và buồn ngủ không rõ nguyên nhân.
- ◆ **Tăng huyết áp**
- ◆ **Co giật**
- ◆ **Rối loạn tâm thần:**  
lo lắng, bồn chồn, rối loạn hành vi, ảo giác, mất ngủ, triệu chứng hưng cảm.
- ◆ **Viêm đại tràng** có thể dẫn tới đại tiện ra máu.
- ◆ **Phản ứng ngoài da nghiêm trọng:**  
mẩn đỏ da lan rộng toàn bộ cơ thể, cùng với mụn mủ và có thể kèm theo sốt.
- ◆ **Suy giảm thị lực cấp** do giảm lưu lượng máu đến mắt (bệnh thần kinh thị giác do thiếu máu cục bộ).

Những tác dụng phụ trên có thể xảy ra không phụ thuộc liều dùng và thời gian điều trị.

**NẾU BẠN GẶP BẤT KỲ TÁC DỤNG PHỤ NÀO ĐƯỢC  
LIỆT KÊ TRÊN ĐÂY, NGỪNG SỬ DỤNG THUỐC VÀ  
LIÊN HỆ VỚI BÁC SĨ NGAY LẬP TỨC**



**BẠN NÊN BIẾT**



**THUỐC CO MẠCH + MANG THAI  
= NGUY HIỂM**

Không khuyến cáo sử dụng thuốc co mạch trong thai kỳ do những rủi ro có thể gặp đối với thai nhi; cần xin tư vấn từ bác sĩ trước khi sử dụng thuốc.  
Chống chỉ định thuốc co mạch cho phụ nữ đang cho con bú.

## BẠN CẦN SỬ DỤNG THUỐC CO MẠCH ĐỂ ĐIỀU TRỊ CẢM CÚM? HÃY LƯU Ý NHỮNG ĐIỀU SAU ĐÂY:

- ☑ **Liều dùng thuốc của bạn**  
(.....)  
là ..... viên/lần xịt vào buổi sáng  
và ..... viên/lần xịt vào buổi tối.
- ☑ **Không sử dụng thuốc quá 5 ngày**
- ☑ Không sử dụng thuốc cho trẻ em dưới 15 tuổi
- ☑ Không sử dụng thuốc cho phụ nữ có thai hoặc cho con bú
- ☑ Không sử dụng đồng thời thuốc có hoạt chất gây co mạch khác (đường uống hoặc xịt mũi)
- ☑ Không sử dụng đồng thời thuốc chứa paracetamol, ibuprofen hoặc cetirizin.

**Nếu chưa rõ thông tin, xem tờ thông tin sử dụng thuốc.**

**Trong trường hợp triệu chứng không thuyên giảm sau 5 ngày, bạn cần đến gặp bác sĩ.**

**Để dự phòng cảm cúm thông thường và tránh tái phát bệnh, hãy lưu ý:**



Rửa tay  
thường xuyên



Sử dụng  
khăn tay  
dùng một lần



Ho và hắt hơi  
vào khuỷu tay



Đeo khẩu trang