TẠP CHÍ ĐIỆN TỬ
THƯƠNG HIỆU & CÔNG LUẬN

# Cách xử lý có hiệu quả khi bị ngộ độc thực phẩm

21:18 03/08/2017

Ngộ độc thực phẩm là hội chứng cấp tính xảy ra đột ngột, do ăn phải thức ăn có chất độc. Vậy phải xử lý như thế nào cho đúng cách và có hiệu quả?

## Nhận biết một người bị ngộ độc thực phẩm

Sau khi ăn hay uống một thực phẩm bị nhiễm độc, người bệnh thấy đột ngột có những triệu chứng (sau vài phút, vài giờ, có thể sau 1 ngày): buồn nôn và nôn ngay, có khi nôn cả ra máu, đau bụng, tiêu chảy nhiều lần (phân, nước tiểu có thể có máu) có thể không sốt hay sốt cao trên 38oC. Ở người cao tuổi và trẻ nhỏ dưới 5 tuổi, các triệu chứng thường nặng.

Nếu nôn và đi ngoài nhiều lần sẽ bị mất nước, mất điện giải, trụy tim mạch rất dễ dẫn đến sốc nhiễm khuẩn nếu nguyên nhân do vi khuẩn gây nên. Vì thế phải rất lưu ý đến những dấu hiệu mất nước mà biểu hiện rõ nhất là nôn nhiều trên 5 lần, đi ngoài phân lỏng trên 5 lần, sốt cao, khô miệng, khô môi, mắt trũng, khát nước (cần lưu ý ở người già hay bị mất nước nặng lại không kêu khát nước do tuổi cao làm mất cảm giác khát); mạch nhanh, thở nhanh, mệt lả, có thể co giật, nước tiểu ít, sẫm màu.

Người dân nên ý thức trong việc ăn uống những đồ ăn nhanh vỉa hè, quán cóc bởi nguy cơ về mất ATVSTP dẫn tới ngộ độc thực phẩm là rất cao.



*các hàng ăn đường phố tiềm ẩn nguy cơ ngộ độc thực phẩm*

**Làm gì khi bị ngộ độc thực phẩm?**

Trước một người bị ngộ độc hoặc nghi bị ngộ độc còn tỉnh táo, cần làm cho chất độc lẫn trong thức ăn bị đào thải ra ngoài càng nhanh càng tốt bằng cách dùng 2 ngón tay của chính bệnh nhân để ngoáy họng hay dùng một thìa nhỏ hoặc tăm bông đưa vào gốc lưỡi gây phản xạ nôn.

Chú ý, khi bệnh nhân nôn để đầu cúi thấp hơn ngực, tránh bị sặc vào phổi. Trong trường hợp nếu biết chất độc là dầu hỏa, xăng, hóa chất trừ sâu thì không gây nôn vì gây nôn có thể sẽ làm bệnh nhân hít chất độc vào phổi hoặc lên cơn co giật khi đang gây nôn.

Tại y tế cơ sở, nếu có điều kiện thì tiến hành rửa dạ dày càng sớm càng tốt, chậm nhất là 4 - 6 giờ sau khi ăn phải thức ăn có chất độc (không rửa dạ dày nếu bệnh nhân co giật, lơ mơ). Sau đó nhanh chóng cho bệnh nhân uống than hoạt (1g/kg cân nặng) đối với người lớn và 0,5g/kg cân nặng đối với trẻ em (than hoạt tính có thể uống nhắc lại với liều như vậy sau 3 - 4 giờ).

Tiếp đó cho uống thuốc tẩy sunfat magnesium hoặc sorbitol để tống chất độc còn lại trong ruột và than hoạt qua đường phân.

Sau khi cấp cứu tại chỗ, nên chuyển bệnh nhân đến y tế tuyến trên để được theo dõi và điều trị chuyên khoa. Trường hợp đến muộn, cần gửi bệnh nhân đến khoa hồi sức cấp cứu để xử trí. Có thể liên hệ với Trung tâm Chống độc Trung ương để hỏi thông tin khi cần thiết.

Trước một người bị ngộ độc hoặc nghi bị ngộ độc còn tỉnh táo, cần làm cho chất độc lẫn trong thức ăn bị đào thải ra ngoài càng nhanh càng tốt bằng cách dùng 2 ngón tay của chính bệnh nhân để ngoáy họng hay dùng một thìa nhỏ hoặc tăm bông đưa vào gốc lưỡi gây phản xạ nôn.

Chú ý, khi bệnh nhân nôn để đầu cúi thấp hơn ngực, tránh bị sặc vào phổi. Trong trường hợp nếu biết chất độc là dầu hỏa, xăng, hóa chất trừ sâu thì không gây nôn vì gây nôn có thể sẽ làm bệnh nhân hít chất độc vào phổi hoặc lên cơn co giật khi đang gây nôn.

Tại y tế cơ sở, nếu có điều kiện thì tiến hành rửa dạ dày càng sớm càng tốt, chậm nhất là 4 - 6 giờ sau khi ăn phải thức ăn có chất độc (không rửa dạ dày nếu bệnh nhân co giật, lơ mơ). Sau đó nhanh chóng cho bệnh nhân uống than hoạt (1g/kg cân nặng) đối với người lớn và 0,5g/kg cân nặng đối với trẻ em (than hoạt tính có thể uống nhắc lại với liều như vậy sau 3 - 4 giờ).

Tiếp đó cho uống thuốc tẩy sunfat magnesium hoặc sorbitol để tống chất độc còn lại trong ruột và than hoạt qua đường phân.

Trường hợp đến muộn, cần gửi bệnh nhân đến khoa hồi sức cấp cứu để xử trí. Có thể liên hệ với Trung tâm Chống độc Trung ương để hỏi thông tin khi cần thiết.

**Theo Bộ Y tế**