

Kinh nghiệm chăm sóc trẻ mắc bệnh tay chân miệng, tránh biến chứng, nhanh hồi phục

15:42 25/12/2020

Tay chân miệng là bệnh truyền nhiễm phổ biến, khó chẩn đoán, diễn biến nhanh và phức tạp. Việc theo dõi sát, phát hiện sớm, điều trị biến chứng và đặc biệt là chăm sóc trẻ đúng cách vô cùng quan trọng, tránh nhiều biến chứng nghiêm trọng khi bệnh trở nặng khiến trẻ có nguy cơ tử vong chỉ trong một thời gian ngắn.



Bệnh tay chân miệng là căn bệnh có tỷ lệ mắc và tử vong cao, người dân cần nâng cao ý thức phòng bệnh. (Ảnh: TRẦN PHÚC)

Nhận biết khi trẻ mắc bệnh tay chân miệng

Bệnh tay chân miệng là bệnh truyền nhiễm do virus đường ruột Enterovirus, thường gặp nhất là Coxsackievirus A16 và Enterovirus typ 71 gây ra.

Tay chân miệng là một trong 10 bệnh có tỷ lệ mắc và tử vong cao nhất Việt Nam. Chỉ tính từ đầu năm 2020 đến nay, cả nước ghi nhận gần 11 ngàn ca mắc tay chân miệng tại 63 tỉnh thành, trong đó hơn 6 ngàn ca phải nhập viện điều trị.

Theo PGS.TS.BS Nguyễn Thị Quỳnh Hương - Trưởng khoa Nhi BVĐK Tâm Anh: “Bệnh tay chân miệng xuất hiện quanh năm, có thể gây thành dịch lớn. Bệnh có thể diễn biến rất nhanh chỉ trong vòng vài giờ do đó nếu không biết cách chăm sóc để phát hiện và điều trị kịp thời sẽ dẫn đến tình trạng nặng như sốc, viêm não, viêm màng não, viêm cơ tim, phù phổi cấp thậm chí dẫn đến tử vong”.

Bệnh tay chân miệng thường có thời gian ủ bệnh từ 3-6 ngày. Sau đó, bệnh khởi phát với những triệu chứng ban đầu như sốt nhẹ, đau họng, đau rát miệng, chảy nước bọt nhiều, có thể kèm theo triệu chứng nôn và tiêu chảy. Triệu chứng đặc trưng điển hình của bệnh tay chân miệng là các bóng nước có đường kính 2-3mm xuất hiện ở niêm mạc má, lợi, lưỡi, tiến triển nhanh thành vết loét khiến trẻ tăng tiết nước bọt và có cảm giác đau rát khi ăn. Ngoài các bóng nước nổi ở miệng, người bệnh còn có thể phát ban bóng nước ở lòng bàn tay, bàn chân, gối, mông.

Bác sĩ Hương cho biết cách đơn giản nhất để phát hiện bệnh tay chân miệng là **trẻ biếng ăn**, chảy dãi, khóc, đau miệng, sốt nhẹ 1-2 ngày, hết sốt sẽ xuất hiện nốt bóng nước lòng bàn chân, tay, gối, mông...

Nếu trẻ bị kéo dài trên 2 ngày, sốt cao 39 độ C trở lên, uống thuốc hạ sốt không hạ, trẻ buồn nôn và nôn nhiều, quấy khóc... phụ huynh cần cho trẻ tới bệnh viện ngay.

Trong trường hợp trẻ có các biểu hiện giật mình chới với khi ngủ, lơ đãng, thờ ơ, nhanh, người run, tay chân yếu, đi không vững là các dấu hiệu cho thấy bệnh đã trở nặng và cần theo dõi biến chứng viêm não, màng não.

Nếu không được điều trị, bệnh sẽ chuyển biến rất nhanh và nặng, trẻ thở mệt, da nổi vân tím, vã mồ hôi lạnh, tay chân lạnh, không sờ thấy mạch hay quá nhanh, co giật, hôn mê, đe dọa tử vong.

“Để phòng nguy cơ bệnh diễn biến nặng, phụ huynh cần chú ý đến 3 dấu hiệu đặc biệt ở trẻ: quấy khóc khác thường, sốt cao không hạ và giật mình. Nếu trẻ có 1 trong 3 triệu chứng trên, phụ huynh cần đưa trẻ đi khám ở các cơ sở y tế để được xử trí kịp thời, tránh biến chứng nặng nề, nguy hiểm tính mạng”, bác sĩ Hương chia sẻ.

Cách chăm sóc trẻ mắc bệnh tay chân miệng

Với những trẻ bị tay chân miệng thể nhẹ, người thân có thể chăm sóc trẻ tại nhà.

Ngay khi phát hiện trẻ mắc bệnh tay chân miệng, phụ huynh cần nhanh chóng tiến hành cách ly trẻ ít nhất 10 ngày để tránh lây lan với những người xung quanh. Bên cạnh đó, cần cho trẻ và người chăm sóc mang khẩu trang, thường xuyên rửa tay bằng xà phòng để hạn chế lây lan. Ngoài ra, buồng bệnh, đồ chơi và các vật dụng trẻ thường tiếp xúc cần được khử khuẩn bằng dung dịch sát khuẩn. Phụ huynh cần đặc biệt lưu ý tắm rửa và vệ sinh nhẹ nhàng thân thể trẻ với nước sạch hàng ngày, giữ vệ sinh thân thể cho trẻ mắc bệnh tay chân miệng để hạn chế tối đa nguy cơ nhiễm khuẩn.

Nên cho trẻ mắc bệnh tay chân miệng uống nhiều nước và ăn các loại thức ăn dễ tiêu hóa như cháo loãng hoặc súp nấu chung với các loại thịt, tránh nấu chung với cá và những thực phẩm có mùi tanh; tránh ăn các thức ăn nóng, chua, cay vì sẽ gây kích thích đau nhiều hơn. Một số món cháo ngon mà người thân có thể nấu cho trẻ như: cháo khoai tây thịt, cháo gà hạt sen, cháo sườn bí đỏ...

Phụ huynh lưu ý, tuy vitamin C có thể giúp nâng cao hệ miễn dịch cho trẻ và ngăn các vết loét lan rộng, nhưng không nên cho trẻ ăn các loại trái cây có vị chua như cam, chanh vì có thể khiến trẻ cảm thấy đau, xót khi ăn. Thay vào đó, dưa hấu là một lựa chọn tối ưu vì có vị ngọt, mát và chứa hàm lượng lớn vitamin C.

Ngoài dinh dưỡng và vệ sinh cá nhân, người thân có thể cho trẻ uống paracetamol để hạ sốt và giảm đau theo chỉ định của bác sĩ; vệ sinh răng miệng với nước muối sinh lý hằng ngày và sau mỗi bữa ăn; tái khám trong 7 ngày đầu của bệnh để có thể kịp thời phát hiện sớm diễn biến bất thường. Khi thấy trẻ có dấu hiệu sốt cao kéo dài, nôn nhiều, ngủ nhiều, li bì, giật mình, rung chi, đi loạng choạng, người thân cần đưa trẻ đến bệnh viện ngay để được điều trị bệnh và ngăn ngừa biến chứng.

Theo các chuyên gia của Hệ thống Trung tâm tiêm chủng cho Trẻ em và Người lớn VNVC, tay chân miệng là căn bệnh truyền nhiễm có tỷ lệ lây lan nhanh chóng đặc biệt ở những trẻ dưới 5 tuổi. Hiện nay chưa có vắc xin phòng ngừa và chưa có thuốc điều trị đặc hiệu. “Thời điểm giao mùa thu đông, các bệnh truyền nhiễm có tỷ lệ tử vong cao và gây ra biến chứng nặng. Nhiều bệnh đã có vắc xin phòng ngừa như bạch hầu, sởi, thủy đậu, cúm, tiêu chảy cấp do virus Rota... Phụ huynh nên cho trẻ tiêm chủng sớm, đúng lịch, đủ mũi để phòng bệnh, tránh biến chứng nguy hiểm sức khỏe của trẻ”, các chuyên gia VNVC cho biết thêm.



Bên cạnh nâng cao ý thức phòng bệnh tay chân miệng, người dân cần chủ động tiêm phòng những căn bệnh truyền nhiễm đã có vắc xin.
(Ảnh: TRẦN PHÚC)

Để được tư vấn và đặt lịch tiêm vắc xin, phụ huynh có thể gọi vào hotline 028.7300.6595, nhắn tin cho Fanpage VNVC - Trung tâm Tiêm chủng Trẻ em và Người lớn hoặc liên hệ trực tiếp hệ thống các trung tâm tiêm chủng VNVC trên cả nước.

Trần Phúc