TẠP CHÍ ĐIỆN TỬ
THƯƠNG HIỆU & CÔNG LUẬN

Những lưu ý bảo vệ sức khỏe cho trẻ em trong dịp nghỉ hè

12:14 31/05/2024

Hằng năm, vào dịp nghỉ hè, số ca nhập viện của trẻ em tăng lên. Thường là do các chấn thương khi trẻ hoạt động, vui chơi và các bệnh truyền nhiễm hay gặp ở trẻ. Các bậc phụ huynh nếu lưu ý hơn và có những kiến thức cơ bản, hoàn toàn có thể bảo vệ con mình và giúp trẻ có một kỳ nghỉ trọn vẹn hơn.

Dưới đây là những chia sẻ của ThS. BSNT Nguyễn Thị Hà - Phó trưởng Khoa Nhi, Bệnh viện Đại học Y Hà Nội để các bậc phụ huynh có thêm thông tin cần thiết.



ThS. BSNT Nguyễn Thị Hà - Phó trưởng Khoa Nhi, Bệnh viện Đại học Y Hà Nội

Bệnh tay chân miệng

Bệnh tay chân miệng diễn ra quanh năm, có thể lây từ người sang người. Biểu hiện của bệnh là các nốt phỏng nước vùng đầu gối, lòng bàn tay, chân và mông kèm theo sốt. Nếu bé có các biểu hiện bất thường hay đau miệng, chảy nước dãi gây biếng ăn, cần phải cho con đến gặp bác sĩ. Đây là căn bệnh thường tự khỏi mà không cần điều trị đặc hiệu, tuy nhiên, vẫn có những trường hợp có

biến chứng:

Biến chứng thần kinh trung ương gây ra giật mình, chới với khi vào giấc ngủ, run tay chân,...

Biến chứng tim mạch rất khó phát hiện vì hiếm khi các gia đình nghe nhịp tim của con mình. Vì thế, biến chứng này dễ bị bỏ sót và gây ra nguy cơ tử vong cao. Nên việc đi khám định kỳ rất quan trọng. Bác sĩ sẽ chẩn đoán, hẹn tái khám để đánh giá cũng như theo dõi, kiểm tra những biến chứng.

Bệnh tay chân miệng lây qua giọt bắn như khi người bệnh hắt hơi, nói chuyện, cười đùa. Vì vậy, giữa các bé có thể lây lan bệnh cho nhau. Virus có thể sống rất lâu trong bề mặt thường (2-3 tuần), nên các bé có thể lây lẫn nhau nếu sử dụng chung đồ chơi hay chơi chung môi trường.

Khi trẻ có hiện tưởng bị nổi nốt và sốt nhẹ dưới 38 độ được coi là biểu hiện nhẹ, có thể theo dõi thêm. Nếu trên 39 độ đi kèm với các biểu hiện như giật mình, run tay chân, cần đưa trẻ đến ngay bệnh viện. Tuyệt đối không tự ý dùng thuốc cho người bệnh hay mua kháng sinh tự điều trị, sẽ có thể gây ra nhiều biến chứng. Cần phải có đơn thuốc và sự tư vấn của bác sĩ.

Viêm não mô cầu

Viêm màng não do não mô cầu là bệnh nhiễm trùng cấp tính do vi khuẩn có tên Neisseria Meningitis lây qua đường hô hấp gây viêm màng não, nhiễm trùng huyết. Vi khuẩn sống ở niêm mạc hầu họng của 10% người lành, gây sốc nhiễm khuẩn và thậm chí có thể tử vong. “Bênh lây trực tiếp từ người sang người qua đường hô hấp bởi các giọt bắn có chứa vi khuẩn khi nói chuyện, ho, hắt hơi... Sau khi xâm nhập vào mũi họng, tại chỗ vi khuẩn nhân lên nhanh chóng gây viêm mũi họng.

Tuy vậy, bệnh hoàn toàn có thể phòng bằng cách tiêm chủng vaccine não mô cầu. Ở những người khoẻ mạnh đã tiêm phòng vaccine, bệnh thường nhẹ, có thể tự khỏi. Còn với những người cơ địa suy giảm miễn dịch hoặc chưa tiêm phòng vaccine, vi trùng tiếp tục lan vào máu, đi khắp cơ thể gây nhiễm trùng huyết và viêm màng não. Những trường hợp diễn tiến cấp tính có thể gây tử vong nhanh chóng.

Biểu hiện viêm màng não ở trẻ em là sốt, nôn, đau đầu, sợ ánh sáng ngoài ra bệnh điển hình sẽ có ban xuất huyết hoại tử hình sao ở trên da. Nặng hơn nữa, bệnh gây tình trạng nhiễm trùng máu, suy tim, suy đa tạng và tử vong nếu không được chẩn đoán và điều trị kịp thời.Tuy nhiên, trên thực tế, viêm não mô cầu là bệnh lý có tỷ lệ mắc bệnh khá thấp, bởi đã được phòng bởi “thành trì”

vaccine. Vaccine chống viêm não mô cầu ở trẻ em có sẵn ở các đơn vị tiêm chủng và các gia đình đều được nhân viên y tế tư vấn tiêm chủng cho bé. Tất nhiên, đôi khi vẫn có những trường hợp trẻ em chưa được tiêm vaccine này, do đó, khi tiếp xúc với người mang bệnh, trẻ vẫn có thể bị mắc bệnh.

Bệnh có thể lây qua hô hấp, có thể lây lan, khả năng lây lan nhanh. Vì thế, cần có biện pháp dự phòng để giảm nguy cơ bệnh từ một người lây lan rộng ra những người sống xung quanh. Cha mẹ lưu ý, đầu tiên, trẻ cần được tiêm chủng đầy đủ theo lịch tiêm chủng quốc gia và các vaccine tiêm chủng khác theo tư vấn của nhân viên y tế. Bên cạnh đó, khi trẻ có biểu hiện sốt, đặc biệt kèm theo triệu chứng phát ban xuất huyết, nôn, đau đầu, cần đưa trẻ tới khám tại các cơ sở khám bệnh chuyên khoa nhi để kịp thời phát hiện bệnh và điều trị.

Hiện nay, vaccine về phòng bệnh não mô cầu rất nhiều và hiệu quả, có thể tiêm cho trẻ từ 6 tháng tuổi. Bởi vậy, để phòng bệnh cho các em, thì việc tiêm chủng đầy đủ vẫn là yếu tố quan trọng nhất.



Tiêm phòng vaccine cho trẻ - yếu tố quan trọng để phòng bệnh

Viêm khớp do chấn thương

Trong dịp nghỉ hè, trẻ thường được vui chơi, nô đùa, chạy nhảy cùng bạn bè hoặc tham gia các bộ môn thể thao yêu thích. Điều này có thể gây ra những chấn thương va đập khi con bị vấp té do sơ suất, dù là những va đập rất nhẹ.

Tuy nhiên, một số trường hợp khuyến cáo cha mẹ để ý khi vùng bị va đập sau một một thời gian ngắn thấy sưng to. Dù không có xước xát và gãy xương nhưng đã tạo ra những vùng vi chấn thương khó thấy bằng mắt thường. Từ đó, vi khuẩn xâm nhập gây viêm khớp, viêm xương. Điều này rất đáng phải lưu ý.

Nhiều trường hợp ngã nhẹ không đau, nên gia đình thường chủ quan, không quá lưu tâm. Sau 1-2 ngày mới thấy vùng bị thương sưng dần lên, đó chính là biểu hiện của bệnh. Bác sĩ khuyến cáo, khi trẻ có chấn thương, phụ huynh chú ý phải kiểm tra xem trẻ có vấn đề về xương khớp không. Theo dõi qua vài ngày, nếu có dấu hiệu sung, cần đi khám ngay để bác sĩ kiểm tra nguy cơ nhiễm trùng và đánh giá mức độ bệnh. Viêm xương khớp nếu không điều trị, có thể ảnh hưởng lớn đến sự phát triển của trẻ.

Hy vọng, những tư vấn trên của ThS. BSNT Nguyễn Thị Hà đã giúp các bậc phụ huynh có những lưu ý cần thiết. Hãy luôn đồng hành cùng con, để trẻ có một kỳ nghỉ hè an toàn, trọn vẹn bên gia đình và bạn bè.

Hương Thảo