TẠP CHÍ ĐIỆN TỬ
THƯƠNG HIỆU & CÔNG LUẬN

Trẻ bị sốt, cha mẹ đừng vì thiếu hiểu biết mà hại con

07:14 22/04/2018

Thời tiết thất thường gần đây đã khiến không ít trẻ phải nhập viện bởi viêm họng, viêm mũi, sốt là điều thường gặp ở trẻ trong thời gian gần đây. Cha mẹ cần tuyệt đối tránh những việc làm sau khi trẻ bị sốt, bởi những việc làm thiếu hiểu biết, vội vàng này có thể khiến con bạn gặp nguy hiểm đến tính mạng.

PGS.TS Nguyễn Tiến Dũng, khoa Nhi, BV Bạch Mai cho biết, sốt chỉ là triệu chứng, không phải bệnh. Đây là phản ứng của cơ thể khi không may bị nhiễm virus, vi khuẩn.

“Nếu sốt không làm cho trẻ chán ăn, không gây bứt rứt, khó chịu thì để nguyên, trẻ sẽ hết sốt tự nhiên và phần lớn các bệnh nhiễm trùng lại nhanh khỏi”, PGS Dũng lưu ý.

Cách nhận biết trẻ bị sốt



theo dõi thân nhiệt của trẻ khi trẻ phát hiện trẻ có dấu hiệu bị sốt. Ảnh: minh họa

Cách phát hiện: Khi thấy trẻ mặt má đỏ bừng hoặc hơi tái, mắt mất vẻ tinh nhanh, trẻ hay quấy khóc hay mệt mỏi, ngủ nhiều. Sờ trán, lòng bàn tay hoặc chân tay thấy trẻ nóng; hay lấy má người mẹ áp lên trán của trẻ thấy nóng hơn là trẻ bị sốt. Cách phát hiện chính xác nhất là dùng nhiệt kế thủy ngân để đo nhiệt độ, nếu nhiệt độ ở trên 37,5 độ C là trẻ bị sốt.

- Đánh giá mức độ sốt:

+ Khi nhiệt độ từ 37,5 - 38,5 độ C là sốt nhẹ.

+ Khi nhiệt độ từ 38,5 - 39 độ C là sốt vừa.

+ Khi nhiệt độ từ 39 - 40 độ C là sốt cao.

+ Khi nhiệt độ >40 độ C là sốt rất cao.

- **Những lưu ý**

Uống thuốc hạ sốt quá sớm

BS Dũng lưu ý, cha mẹ không nên cho trẻ uống thuốc hạ sốt khi nhiệt độ vẫn dưới 38,5 độ.

Đặt nhiệt kế ở nách là chính xác nhất, không đo ở miệng, trán hay hậu môn, cũng không cộng trừ thêm 0,5 độ như ngày trước

Khi trẻ sốt nhẹ ở mức 37,5-38,5 độ chỉ cần cởi bớt quần áo, cho bé uống nhiều nước hoặc bú mẹ nhiều hơn.

Lạm dụng thuốc động kinh

Có nhiều trường hợp trẻ sốt cao bị co giật khiến bố mẹ lo sợ ‘tống’ thuốc hạ sốt khi mới 38 độ hoặc xin bác sĩ kê đơn thuốc động kinh, thuốc an thần để đề phòng.

PGS Dũng cho biết, trước đây, người ta lo ngại sốt co giật có thể gây hại não của trẻ. Tuy nhiên, qua theo dõi lâu dài cho thấy việc này không ảnh hưởng đến não của trẻ.

Do đó, bác sĩ thần kinh và nhi khoa trên toàn thế giới khuyến cáo phụ huynh không nên cho trẻ uống thuốc động kinh.

Với trẻ co giật, thói quen của hầu hết các cha mẹ là dùng đũa, ngón tay chèn vào miệng trẻ để đỡ cắn lưỡi.

Tuy nhiên, qua theo dõi cấp cứu nhi khoa cho thấy không nên làm thế. Khi trẻ đang co giật không nên cho uống hay làm gì, vì có thể gây sặc. Đợi hết cơn, cho khăn mỏng vào giữa 2 hàm răng của trẻ để tránh cơn sau rồi đưa trẻ đến bệnh viện.

Tại thời điểm co giật, cha mẹ cần bế nghiêng người trẻ, giữ đầu thẳng để các đờm dãi chảy ra ngoài, tránh trường hợp trẻ bị sặc. Không nên vuốt, day ngực trẻ.

Uống xen kẽ các thuốc hạ sốt

Hiện có 2 loại thuốc hạ sốt có tác dụng tương đương là paracetamol và ibuprofel.

Các nước châu Á lựa chọn paracetamol, châu Âu dùng ibuprofel do họ không có dịch sốt xuất huyết.

Với paracetamol, khoảng cách dùng từ 4-6 tiếng, trong khi inbulfen là 6-8 tiếng.

Tuyệt đối không dùng xen kẽ 2 loại thuốc này vì liều lượng 2 loại khác nhau. Paracetamol dùng 15mg/kg cân nặng, còn ibuprofel là 10mg/kg. Việc uống xen kẽ cũng dễ khiến phụ huynh nhầm khoảng thời gian uống tiếp theo, có thể gây tác dụng phụ.

Khi cho trẻ uống hạ sốt, cần tránh bọc kín quá, nên để trẻ mặc đồ thông thoáng, không đắp chăn, mở thoáng cửa.

Tự chia liều nhét hậu môn

Loại thuốc nhét hậu môn có liều lượng tương đương thuốc uống, dùng cho những bé không uống được hoặc hay nôn.

Paracetamol hấp thu nhiều qua trực tràng. Do đó phương pháp nhét có nhược điểm là hấp thu thất thường, nếu trong trực tràng có phân sẽ ít tác dụng.

Lưu ý liều lượng nhét thuốc hạ sốt qua đường hậu môn là liều cố định, không được bẻ hay nhét 2-3 viên 1 lúc.

Chườm lạnh, dán miếng hạ sốt

Trong trường hợp trẻ sốt mà bố mẹ không muốn cho uống hạ sốt thì cũng không nên dùng các biện pháp vật lý như chườm lạnh, bôi dầu, dán miếng hạ sốt...

Lưu ý: Đối với những trường hợp trẻ uống hạ sốt mà không đỡ, có thể trẻ mắc bệnh khác, cần đưa trẻ đến ngay bệnh viện để được thăm khám.

Lau nước ấm hạ sốt cho bé khi:

– Bé bị sốt cao trên 40oC.

– Bé bị sốt cao kèm co giật hoặc có dấu hiệu sắp sửa co giật.

Chuẩn bị dụng cụ:

– nhiều khăn nhỏ để lau mát.

– Thau nước ấm.

– Nhiệt kế.

Thực hiện:

– Đặt bé nằm ngửa trên giường.

– Cởi bỏ quần áo cho bé.

– Lấy nhiệt độ bé.

– Rửa tay.

– Chuẩn bị nước lau mát:

Cho ít nước lạnh vào trong thau.

+ Cho nước nóng vào, bằng ½ lượng nước lạnh.

+ Kiểm tra nhiệt độ nước bằng cách nhúng khuỷu tay vào thau nước, cảm giác ấm giống như nước tắm em bé.

– Lau mát

+ Nhúng 5 khăn vào thau nước và vắt hơi ráo.

+ Đặt 2 khăn ở hõm nách, 2 khăn ở bẹn và 1 khăn lau khắp người.

+ Không đắp lên trán vì ít có tác dụng hạ sốt. Không đắp lên ngực vì tăng nguy cơ viêm phổi.

+ Thay khăn mỗi 2-3 phút.

Theo dõi nhiệt độ nước, cho thêm nước nóng nếu thấy nước không còn ấm.

+ Lấy nhiệt độ bé mỗi 15 phút, ngưng lau mát khi nhiệt độ dưới 38,5oC.

+ Lau khô và mặc quần áo mỏng cho trẻ.

+ Để trẻ ở nơi thoáng mát nhưng không có gió lùa, không bật quạt thẳng vào người.

Linh Tuệ/t.h