

Mùa COVID: Cách đối phó với bệnh thường gặp ở trẻ tại nhà

Thời tiết nắng nóng trẻ nhỏ dễ mắc các bệnh về da như rôm sảy, chàm sữa, các triệu chứng viêm đường hô hấp như ho, sổ mũi, viêm họng... Phần lớn những bệnh này, ở một mức độ nhất định, cha mẹ có thể tự xử lý tại nhà, hạn chế đến bệnh viện, phòng khám trong mùa dịch này.

Trẻ ho, sổ mũi do nằm điều hòa, ăn đồ lạnh, quạt trực tiếp vào mặt... cha mẹ nên làm gì?

Nếu trẻ không sốt, không có dấu hiệu đau tai, thở nhanh, thở gấp, và vẫn ăn vẫn chơi bình thường thì có thể theo dõi ở nhà, không cần và cũng không tự ý dùng thuốc.

Nếu trẻ sốt, trong trường hợp sau cần nhập viện:

- + Bé dưới 3 tháng tuổi và nhiệt độ đo được ở hậu môn từ 38°C trở lên hoặc đo ở nách từ $37,5^{\circ}\text{C}$.
- + Bé 3 tháng đến 3 tuổi có nhiệt độ đo được ở hậu môn từ 38°C trở lên, kéo dài quá 3 ngày hoặc bất cứ nhiệt độ sốt nào mà trẻ kèm theo hiện tượng mệt mỏi, quấy khóc, li bì, không chịu ăn uống, thở khò khè, rút lõm lồng ngực...
- + Bé từ 3 tháng tới 3 tuổi sốt từ 39°C trở lên.
- + Bé (ở bất kỳ độ tuổi nào) sốt từ 40°C trở lên.
- + Bé (bất kỳ độ tuổi nào) bị co giật.
- + Bé bất kỳ lứa tuổi nào sốt trên 7 ngày, thậm chí mỗi ngày chỉ có 1 cơn sốt kéo dài vài giờ.
- + Bé bất kỳ độ tuổi nào bị sốt và kèm theo các bệnh lý nền mạn tính (tim bẩm sinh, thận bẩm sinh...).
- + Có phát ban ngoài da, sứt cân, đau khớp...

Ngoài các trường hợp trên thì cha mẹ không cần lo lắng quá, không nên sốt sắng đưa trẻ đi viện ngay sẽ vì dễ nguy cơ lây chéo tại bệnh viện, và lây COVID-19.

Các trường hợp xử lý tại nhà thì cha mẹ lưu ý vệ sinh mũi họng cho trẻ đúng cách, có thể cho trẻ súc họng, tưa lưỡi bằng nước muối sinh lý. Chỉ dùng thuốc hạ sốt khi trẻ sốt kèm

theo mệt mỏi, khó chịu, quấy khóc...

Có thể dùng các thuốc ho thảo dược với những trường hợp viêm tại họng nhưng lưu ý dùng đúng liều lượng khuyến cáo bởi không phải thảo dược là hoàn toàn lành tính.

Cảnh giác với một số loại thuốc ho cắt cơn nhanh nhưng có thể chứa corticoid khiến ức chế ho, làm đờm dãi bết tắc không thoát ra ngoài được, có thể gây suy tuyến thượng thận.

Tuyệt đối không tự ý mua kháng sinh để sử dụng cho trẻ.



Khi trẻ bị sốt mà vẫn ăn, chơi bình thường, cha mẹ có thể tự theo dõi chăm sóc tại nhà, không quá lo lắng đưa trẻ đi viện ngay vì có thể lây nhiễm chéo, lây COVID-19

Trẻ viêm da, mẩn ngứa nên xử lý thế nào?

Rôm sảy: Thường xuất hiện ở các vị trí kẽ ra nhiều mồ hôi như cổ, khuỷu tay, chân, nách, háng... Giữ cho trẻ thoáng mát, vệ sinh sạch sẽ chỗ rôm sảy bằng nước sạch. Chỉ dùng thuốc điều trị khi nhiễm trùng, chàm.

Viêm da tiếp xúc như hăm... cần giữ vệ sinh sạch sẽ, khô thoáng, nhẹ thì bôi kem hăm, nặng mới dùng kháng viêm bôi.

Mề đay: Thường không quá ngứa thì cố gắng không dùng thuốc, không gãi. Trẻ ngứa nhiều mới dùng các thuốc chống dị ứng, nặng mới bôi corticoid.

Chốc lở do nhiễm trùng: Nhẹ thì bôi Fucidin, nặng thì dùng kháng sinh đường uống.

Sẩn ngứa: Bị ngứa nhiều có thể là biểu hiện của viêm da cơ địa, có thể dùng corticoid bôi, uống các thuốc chống dị ứng như AleriusAlerius, dùng các thuốc tránh côn trùng đốt...

Hạn chế ăn nhiều tôm, thịt gà, xoài...

Lang ben: Thường do nấm, bôi thuốc trị lang ben như Nironal (ketoconazole).

Viêm da tiết bã (thường hay gọi là cứt trâu) trên đầu trẻ: Bôi dầu khoáng cho bé cho mềm vẩy rồi gội đầu, có thể dùng lược chải nhẹ nhàng hàng ngày loại bỏ bớt bã nhờn. Hoặc sử dụng dầu gội chuyên dụng cho trẻ sơ sinh có selenium sulfide hoặc pyrithione zinc, hoặc các dầu gội kháng nấm.

BS. Trương Minh Đạt

Nguồn <https://suckhoedoisong.vn>