**PHÒNG BỆNH VIÊM HỌNG CẤP Ở TRẺ EM**

**1. Nguyên nhân viêm họng cấp ở trẻ em**

- Thời tiết thay đổi đột ngột, mưa ẩm.

- Thời tiết thay đổi khiến bé viêm họng, quấy khóc

- Khói xe, khói thuốc lá, thuốc lào, than, bụi bẩn, ...

- Trẻ mới đi học nhà trẻ, mẫu giáo....

- Virus: [**cúm**](https://www.vinmec.com/vi/benh/cum-3162/), [**sởi**](https://www.vinmec.com/vi/benh/benh-soi-2971/).

**2. Biểu hiện lâm sàng trẻ nhi bị viêm họng cấp**

- Chảy nước mũi, ngạt mũi, hắt hơi, đau họng, ho. Lúc đầu ho khan, sau ho có đờm.

- Biểu hiện ban đầu của viêm họng cấp ở trẻ là ho khan

- Sốt nhẹ hoặc sốt cao có thể lên đến 39 – 40 độ C

**3. Cách điều trị viêm họng cấp tính cho trẻ**

- Đảm bảo môi trường sống khô thoáng, sạch sẽ, thường xuyên dọn dẹp nơi ở sạch sẽ.

- Cho trẻ vệ sinh răng miệng và súc miệng bằng nước muối ấm để bảo vệ cổ họng, đường hô hấp của trẻ

- Thường xuyên chăm sóc răng miệng cho trẻ

- Cho trẻ uống bổ sung nhiều nước, nước ép trái cây như cam, chanh,... để giải nhiệt kháng viêm.

- Tránh cho trẻ uống nước lạnh, ăn đồ ăn cay nóng, nhiều dầu mỡ.

- Bổ sung vitamin, kẽm, sắt,... để hệ thống miễn dịch của trẻ khỏe mạnh, giúp nhanh chóng đẩy lùi bệnh.

- Cho trẻ tiêm phòng đầy đủ theo lịch tiêm chủng.

