

Phòng ngừa viêm phế quản phổi ở trẻ

Viêm phế quản phổi dễ xảy ra ở trẻ nhỏ, đặc biệt là trẻ sinh non và bị suy dinh dưỡng. Triệu chứng bệnh được chia ra làm hai giai đoạn: khởi phát và toàn phát.

1. Dấu hiệu nhận biết

Giai đoạn khởi phát gồm có:

- Khởi phát từ từ: thường khó phát hiện và hay nhầm sang các triệu chứng của bệnh viêm đường hô hấp khác. Trẻ thường có các biểu hiện sốt nhẹ, ho khan, hắt hơi, ngạt mũi và quấy khóc. Vì triệu chứng ban đầu thường nhẹ nên bố mẹ thường hay chủ quan, tự theo dõi tại nhà. Nếu không được điều trị kịp thời bệnh sẽ chuyển sang giai đoạn toàn phát.

- Khởi phát đột ngột: thường được phát hiện và đưa đi khám sớm do các triệu chứng khá rõ ràng. Trẻ sốt cao, khó thở, tím tái và kèm theo một số rối loạn tiêu hóa như chán ăn, nôn trớ, chướng bụng, tiêu chảy...

Giai đoạn toàn phát: nếu trẻ không được điều trị kịp thời vào giai đoạn khởi phát thì sẽ diễn biến đến giai đoạn toàn phát. Trẻ sốt rất cao, thậm chí có thể lên đến 40 độ C, ít đáp ứng với thuốc hạ sốt, có thể li bì, co giật, thậm chí hôn mê nếu không hạ sốt kịp thời. Ho dữ dội và liên tục (ho liên tục như ho gà, cảm giác như trẻ chỉ dừng cơn ho để thở rồi lại ho tiếp), ho co thắt, có thể xuất tiết đờm, chảy mũi đặc và vàng. Đây cũng là triệu chứng khá quan trọng để nghĩ đến bệnh viêm phế quản phổi ở trẻ. Ngoài ra, trẻ khó thở, tím tái, rối loạn tiêu hóa (bỏ ăn, chán ăn, chướng bụng, nôn trớ, tiêu chảy...).

2. Điều trị

Việc điều trị viêm phế quản phổi ở trẻ nhỏ phụ thuộc vào từng nguyên nhân và mức độ nặng, vừa hay nhẹ của từng trẻ. Kết quả điều trị sẽ tốt hơn nếu bệnh được phát hiện sớm và điều trị đúng. Trường hợp không được phát hiện và điều trị kịp thời, bệnh có diễn biến nhanh và dễ gây tử vong. Bởi vậy, khi thấy trẻ có các dấu hiệu của bệnh cần đưa đến cơ sở y tế để khám và điều trị. Tuyệt đối không được tự ý dùng kháng sinh khi chưa có chỉ định của bác sĩ.

Những trường hợp viêm phế quản nhẹ, không có biến chứng, không có yếu tố nguy cơ thì có thể được chăm sóc tại nhà. Khi đó, cần tiếp tục cho trẻ bú và ăn uống đầy đủ. Cần cho trẻ uống nhiều nước để tránh thiếu nước. Cần làm thông thoáng mũi cho trẻ để giúp trẻ dễ thở hơn và bú tốt hơn. Có thể nhỏ mũi 2 - 3 giọt nước muối sinh lý sau đó làm sạch mũi cho trẻ. Dùng thuốc theo đúng chỉ dẫn của thầy thuốc. Tránh khói thuốc lá vì có thể làm bệnh của trẻ nặng hơn và dễ bị hen sau này. Cần đi tái khám đúng hẹn của bác sĩ.

Những trẻ có dấu hiệu sau cần được nhập viện sớm: khó thở, bú kém, tím tái; có biến chứng suy hô hấp, viêm phổi, xẹp phổi...

3. Phòng ngừa

Nên chăm sóc và dự phòng bệnh cho trẻ ngay từ giai đoạn đầu để tránh khi các dấu hiệu bệnh toàn phát, trẻ bị nặng hơn sẽ khó chữa, thậm chí sẽ dẫn tới tử vong. Ngay từ

khi có thai, các bà mẹ nên tuân thủ đúng chế độ để tránh trường hợp sinh non, trẻ sẽ nhẹ cân, vì những trẻ này dễ bị mắc các bệnh nhiễm khuẩn, đặc biệt là viêm phế quản phổi.

Khi trẻ sinh, chú ý chế độ vô khuẩn khi đỡ đẻ và chăm sóc trẻ sơ sinh, đảm bảo rằng môi trường ở phải sạch sẽ, thoáng mát, cho trẻ bú mẹ nhiều hơn, nếu trẻ không tự bú thì cần vắt sữa ra bình, hoặc ly, hoặc cho trẻ bú sữa ngoài nếu mẹ không có sữa. Bên cạnh đó, có thể bù lại lượng nước đã mất do sốt cao, nôn trớ, tiêu chảy bằng cách cho trẻ uống nhiều nước hơn. Tiêm chủng mở rộng phòng bệnh cho trẻ em theo đúng quy định. Nếu trên địa bàn có dịch sởi, ho gà, đặc biệt trong giai đoạn hiện nay là dịch cúm gia cầm, phải kịp thời cách ly để tránh lây cho trẻ khác, vì các bệnh này là một trong những nguyên nhân gây biến chứng viêm phế quản - phổi.

Để phòng tránh bệnh tái phát, các bà mẹ nên giữ ấm cho trẻ, giữ vệ sinh cơ thể trẻ, cho trẻ ở trong phòng sạch sẽ, thoáng mát, đảm bảo đủ dinh dưỡng cho trẻ. Vào những ngày thời tiết chuyển mùa hoặc lạnh đột ngột, các bà mẹ cần chú ý giữ ấm cho trẻ, không được để trẻ bị ngấm ngược nước tiểu, mồ hôi vì thế cần phải thay tã lót ngay khi bị ướt. Nếu trẻ hay bị viêm họng, viêm amidan thì phải điều trị triệt để, dứt điểm. Trẻ bị viêm phế quản phổi cần được cách ly hoàn toàn với khói thuốc lá, cũng nên hạn chế ra ngoài vì bụi và các ô nhiễm khác khiến bệnh sẽ nặng hơn.