

CÁCH PHÒNG TRÁNH VIÊM PHẾ QUẢN Ở TRẺ EM

Viêm phế quản (VPQ) là bệnh thường gặp ở trẻ em, bất kể lứa tuổi nào và thời tiết nào. Để trẻ không bị viêm phế quản, các bậc cha mẹ cần phải hiểu biết một số nguyên nhân và cách phòng tránh căn bệnh này.

>> Mùa đông và bệnh viêm phế quản - phổi ở trẻ em

Nguyên nhân và cách phòng tránh bệnh viêm phế quản ở trẻ

Ảnh minh họa.

Nguyên nhân gây bệnh

BS. CK2. Nguyễn Thị Thanh - TK. Dịch vụ, Bệnh viện Nhi đồng 2 cho biết, viêm phế quản là viêm nhiễm đường thở dưới, dân gian còn gọi là sưng cuống phổi, bệnh chưa tấn công vào nhu mô phổi, tuy nhiên khi viêm cuống phổi thì sẽ gây triệu chứng kích thích ho nhiều và nếu không được điều trị tích cực thì có thể lan xuống nhu mô phổi dẫn đến viêm phổi.

Thông thường, bệnh viêm phế quản rất hay gặp ở trẻ em, nhất là trẻ dưới 1 tuổi. Những trẻ đang mắc một bệnh nhiễm khuẩn khác như cúm, sởi, ho gà... rất dễ bị viêm phế quản. Những trẻ đẻ non, còi xương, suy dinh dưỡng cũng dễ mắc và thường diễn tiến nặng đến viêm phổi. Đây là một bệnh có tỷ lệ mắc và tử vong rất cao ở trẻ em, đứng hàng thứ hai sau bệnh tiêu chảy. Tác nhân gây bệnh ban đầu thường là virus, sau đó có thể bị bội nhiễm vi khuẩn. Vi khuẩn hay gặp nhất là phế cầu khuẩn, H. influenzae rồi đến tụ cầu khuẩn, liên cầu khuẩn... Những vi khuẩn này thường xuyên có ở mũi – họng, khi sức đề kháng của cơ thể bị giảm sút thì chúng hoạt động mạnh lên, tăng độc tính và gây bệnh. Thời tiết thay đổi đột ngột từ nóng chuyển sang lạnh, môi trường ô nhiễm là những nhân tố thuận lợi cho bệnh phát sinh.

Virus là nguyên nhân chính gây nên bệnh giai đoạn đầu, thường thấy ở trẻ sau khi bị viêm hô hấp trên, cảm lạnh, ho sổ mũi, cúm hay viêm xoang. Sau đó nếu không được điều trị và sức đề kháng yếu thì virus có thể lây lan tới hai cuống phổi (bộ phận nối họng và hai lá phổi với nhau), làm cho khí quản sưng phồng, tấy đỏ, tiết dịch nhầy trong phổi, gây kích thích trẻ sẽ ho nhiều và thở mệt do đường thở bị viêm và tiết dịch.

Nếu trẻ có những biểu hiện trên cùng với sốt kéo dài trong vài ngày hay ho kéo dài trong vòng từ 2 - 3 tuần, có thể trẻ đã bị viêm phế quản. Tiếp sau đó, trẻ bắt đầu ho nhiều hơn, có cảm giác đau rát cổ họng và xuất hiện đờm đục hoặc có màu vàng hay xanh. Ngoài sốt ra trẻ có thể có cảm giác đau ngực, mệt mỏi, chán ăn hoặc nôn ói.

Viêm Phế quản còn có thể do nguyên nhân hít phải bụi bẩn, hơi độc hay khói thuốc lá và bụi bẩn. Đa số các thanh thiếu niên nghiện thuốc lá hay trẻ em phải sống trong môi trường có khói thuốc lá, rất có nguy cơ bị viêm phế quản mãn tính.

Biện pháp phòng ngừa

Theo BS. Nguyễn Thị Thanh, để điều trị căn bệnh này là phải giữ ấm cho trẻ, giúp trẻ làm sạch các đường phế quản nghĩa là giúp trẻ tống đàm nhớt ra khỏi cuống phổi để trẻ dễ thở hơn. Không nhất thiết là phải dùng kháng sinh, chỉ dùng khi có bằng chứng rõ là nhiễm khuẩn, và điều này sẽ được bác sĩ đánh giá và cho ý lệnh.

Theo đó, phụ huynh không nên tự ý cho uống thuốc chống ho khi thấy con mình ho quá nhiều. Nếu ho giúp bé tống hết đờm ra ngoài, thì hoàn toàn lại là việc rất hữu ích, nó sẽ giúp bé mau chóng bình phục hơn.

Lưu ý rằng viêm phế quản là do một loại virus gây nên, điều này đồng nghĩa với việc thuốc kháng

sinh sẽ không đem lại ích lợi gì cho việc điều trị.

Bạn hãy cho bé uống nhiều nước ấm mỗi ngày, để giúp bé không bị tắc nghẽn sung huyết. Không khí trong nhà phải sạch sẽ, không bụi bẩn và không khói thuốc sẽ tránh cho bé cảm giác khó chịu, đề phòng viêm nhiễm đường hô hấp. Khi bé sốt nhẹ chỉ cần uống nhiều nước, mặc đồ thoáng mát, rút mồ hôi, không nên ủ kín bé hoặc mặc đồ có nhiều chất liệu tổng hợp, nếu bé sốt cao trên 38 độ thì có thể cho bé uống acetaminophen hay ibuprofen để giúp bé hạ sốt và giảm đau. Ngay khi trẻ bị cảm lạnh hay bắt đầu ho sổ mũi, thì cũng nên điều trị dứt điểm ngay, để tránh các biến chứng về sau. Trong trường hợp bé có biểu hiện thở mệt, hay thở nhanh, da tái hoặc không ăn uống, nôn tất cả thì bạn nên đưa bé tới bệnh viện ngay trước khi quá muộn vì khi đó bé đang gặp nguy hiểm.

Ở trẻ sơ sinh nhất là trẻ đẻ non và trẻ dưới 2 tháng tuổi, bệnh thường rất nặng, trong khi triệu chứng lâm sàng lại rất sơ sài, có thể không thấy các biểu hiện bệnh ở phổi. Do vậy, khi thấy trẻ bú kém hoặc bỏ bú, sứt cân, rối loạn tiêu hóa (nôn trớ hoặc tiêu chảy), khó thở, có những cơn ngừng thở, tím tái, sùi bọt mép, cần cho trẻ đi bệnh viện ngay. Thông thường, nếu bệnh được phát hiện sớm và điều trị tích cực thì sau vài ngày trẻ sẽ hết sốt, đỡ khó thở, hết tím tái... rồi khỏi.

Khi trẻ bệnh không nên ép trẻ ăn, chỉ cần cho uống nước nhiều, cho ăn thức ăn lỏng dễ tiêu, như nước súp, nước cháo, nếu trẻ đòi ăn nữa có nghĩa là cháu bắt đầu hồi phục bệnh. Sau khi khỏi bệnh, trẻ vẫn cần được theo dõi sát và chăm sóc chu đáo (giữ ấm cơ thể, tránh bị lạnh, ưu tiên bồi dưỡng cho trẻ) để tránh tái phát bệnh.

Lưu ý: Tránh để trẻ bị nhiễm lạnh nhất là khi thời tiết đột ngột chuyển từ nóng sang lạnh, thường xuyên giữ ấm trẻ (ấm ngực, chân tay; quần áo, tã lót ướt cần được thay ngay). Về mùa lạnh, các cô nuôi dạy trẻ cần chú ý bố trí giờ chơi, giờ tập luyện ngoài trời cho các cháu phù hợp với thời tiết trong ngày. Khi trẻ bị viêm họng hay viêm mũi, viêm amidan, VA... cần điều trị kịp thời.