

NHẬN BIẾT BÉ BỊ SUY DINH DƯỠNG

Trẻ từ một tuổi trở lên, bình thường sẽ có số đo vòng tròn cánh tay lớn hơn 13cm. Nếu bé bị suy dinh dưỡng do thiếu protein thì cơ cánh tay bị teo nên đường kính vòng cánh tay sẽ nhỏ hơn 13.

Ảnh minh họa: Sheknows.com

Suy dinh dưỡng là hậu quả của một thời gian dài trẻ không được ăn đầy đủ thức ăn cấu tạo cơ thể, đó là chất protein (là chất có nhiều trong thịt, cá, trứng, sữa, tôm, cua, lươn, ốc, ếch...). Bệnh thường gặp ở những trẻ trong giai đoạn cai sữa mẹ, hoặc giai đoạn trẻ bắt đầu ăn bổ sung (ăn dặm) bằng những thức ăn bằng gạo, ngô, đường... mà thiếu đi loại thức ăn có chứa protein.

Dấu hiệu chính của chứng bệnh này là teo các nhóm cơ nên người ta căn cứ vào sự phát triển của các nhóm cơ để phát hiện và đánh giá tình trạng suy dinh dưỡng (trẻ từ 1 tuổi trở lên, bình thường sẽ có số đo vòng tròn cánh tay lớn hơn 13cm).

Nếu trẻ bị suy dinh dưỡng do thiếu protein thì cơ cánh tay bị teo nên đường kính vòng cánh tay sẽ nhỏ hơn 13cm. Trường hợp suy dinh dưỡng thể nặng thì đường kính vòng tròn cánh tay giảm xuống dưới 12cm.

Ngoài các dấu hiệu chính như trên, trẻ em suy dinh dưỡng do thiếu protein còn bị biến màu da và màu tóc. Nhóm cơ ở cánh tay, ở đùi, ở cẳng chân bị teo. Có các vết trợt loét trên da... Bộ mặt trẻ trông có vẻ bụ bẫm vì bị phù nhưng nét mặt trẻ trông sầu não, rất đáng thương.

Nếu phát hiện sớm dấu hiệu suy dinh dưỡng do thiếu protein thì việc cần làm đầu tiên là tăng cường protein trong chế độ ăn của trẻ bằng cách cho trẻ ăn nhiều bữa trong ngày, mỗi bữa đều có cá, thịt, trứng, sữa... Đồng thời đưa trẻ đến cơ sở y tế để được khám, xác định mức độ suy dinh dưỡng để có cách điều trị thích hợp.