

CHỨNG TIÊU CHẢY Ở TRẺ EM.

Bộ tiêu hóa của trẻ sơ sinh và trẻ em trong năm đầu rất dễ bị rối loạn, không những do các loại vi trùng gây bệnh mà còn do các nguyên nhân khác từ các thứ rau tươi không thích hợp cho trẻ, từ các loại vi trùng gây nên bệnh cảm lạnh rồi di chuyển đến bộ tiêu hóa của em. Hoặc do các loại vi khuẩn mà đối với một trẻ em đã lớn không bị ảnh hưởng. Do đó để bảo vệ cho em khỏi bị nhiễm trùng đường tiêu hoá bạn luôn luôn nên giữ cho công thức sữa của em được vô trùng và cẩn thận trong khi pha sữa cho em. Thảo từng thấy một số các bà mẹ thường rất vô ý khi để bình sữa của em bé bủ dang dở không đậy nắp bình sữa lại và do đó dán, kiến, ruồi, bọ hong (một loại côn trùng nhỏ có cánh) bu đầy và sau đó khi em muốn bú nữa mẹ cứ thản nhiên đuổi ruồi đi rồi đưa vào miệng em bé và đó là nguyên nhân thứ nhất của mọi rối loạn về tiêu hóa của em.



Khi thay đổi công thức sữa cho em bạn cũng nên thay đổi từ từ cũng như khi bạn muốn cho em ăn thêm thức ăn đặc cũng vậy, tránh cho em mọi thay đổi đột ngột có ảnh hưởng đến bộ tiêu hóa vốn yếu đuối của em. Nếu một em bé đang đi tiêu bình thường bỗng dưng em đi tiêu lỏng, bạn phải nghĩ ngay rằng em đang bị một sự nhiễm trùng nào đó, kèm theo với sự đi ra phân lỏng là số lượng em đi tiêu nhiều hơn, phân màu xanh và có mùi chua khác thường.

Hầu hết chứng tiêu chảy của em thường đều nhẹ không có gì trầm trọng và sự trị bệnh cũng dễ dàng nếu bạn lo trị liệu sớm. Trường hợp bệnh trở nên trầm trọng nếu có những triệu chứng sau đây:

- Trẻ đi phân toàn nước
- Có lẫn máu và mủ trong phân
- Trẻ ói mửa
- Trẻ sốt 38 độ - 39 độ hoặc hơn

Kèm theo các triệu chứng trên bạn thấy trẻ trông yếu đi, mắt sâu hõm xuống và có quầng thâm.

Ngay trong trường hợp trẻ bị tiêu chảy thường bạn cũng nên đưa em đi thăm Bác sĩ kịp thời, bởi vì mọi sự trị liệu sớm ở một chứng tiêu chảy cũng có thể chặn đứng được nếu đó là triệu chứng đầu tiên của một chứng tiêu chảy trầm trọng, thì bệnh cũng mau chấm dứt.

Nếu trẻ có một trong những triệu chứng trầm trọng kể trên bạn nên đưa em đi Bác sĩ ngay hoặc đem em đến một bệnh viện, dẫu xa xôi cách mấy bạn cũng không nên trì hoãn.



Trị liệu khẩn cấp cho một chứng tiêu chảy nhẹ. Trong khi chờ đợi để được Bác sĩ khám cho em, thời gian thường lâu vài giờ đồng hồ, thường trong những trường hợp rất hiếm là nếu em ở quá xa Bác sĩ hoặc bệnh viện và bạn không thể đưa em đến gặp Bác sĩ tức thời, bạn có thể theo các cách khẩn cấp sau đây. Tuy nhiên không có một ai khuyên các bà mẹ tự mình trị liệu chứng tiêu chảy cho con mình cả trừ trường hợp mẹ không thể đem em gặp Bác sĩ ngay được.

- Nếu em bé bú sữa mẹ, bạn có thể để em bú tiếp tục. Nếu em bú ít hơn bình thường càng tốt. Nếu em đang ăn thức ăn đặc bạn nên dừng cho đến khi bạn gặp được Bác sĩ hoặc cho đến lúc chứng tiêu chảy chấm dứt. Chứng tiêu chảy thường dễ trị liệu nếu em bú sữa mẹ.
- Trường hợp em chỉ bú sữa bình bạn nên lấy một nửa số lượng sữa đã pha rồi cho thêm một nửa số lượng nước và cho em bú cho đến lúc bạn có thể nói chuyện với Bác sĩ. Hoặc bạn dùng phương pháp hữu hiệu hơn bằng cách dùng loại sữa bỏ bớt nửa phần kem nếu bạn có thể làm được. Nói tóm lại trường hợp em bị tiêu chảy bạn nên cho em bú sữa bớt lại. Nếu bạn muốn tự mình trị liệu cho em, bạn hãy cố giữ cho em bú sữa ít lại một nửa và nửa kia là nước sôi để pha loãng nửa lượng sữa kia cho đến khi em đi tiêu bình thường hay có chiều hướng bình thường và có triệu chứng đói bụng muốn được bú thêm. Nếu em không có triệu chứng đói bụng và không đòi hỏi được bú thêm, nghĩa là em không muốn được bú với một số lượng sữa đậm đặc hơn, đó là triệu chứng tiêu chảy chưa thuyên giảm (trong vòng 2, 3 ngày). Bạn phải biết vậy là đã có tính cách trầm trọng và nên cố gắng đưa em đi Bác sĩ.
- Đối với trẻ vừa bú sữa bình và ăn đồ ăn đặc mà bị tiêu chảy bạn nên dừng cho em ăn thức ăn đặc cho đến khi em gặp Bác sĩ hoặc triệu chứng tiêu chảy chấm dứt. Nếu em không đòi hỏi để được bú hoặc không có triệu chứng bình phục trong vòng một ngày bạn nên giảm số lượng sữa trong công thức pha sữa theo cách trên hoặc cho em bú sữa đã bỏ nửa phần kem. Khi em đã khỏe trở lại, bạn nên bắt đầu cho em bú bình thường trước rồi sau đó từ từ cho em ăn thức ăn đặc trở lại

sau. Cho em ăn mỗi loại thức ăn đặc khác nhau mỗi ngày. Và số lượng ở ngày đầu chỉ bằng một phần ba số lượng em đã ăn trước khi bị tiêu chảy, qua ngày thứ hai cho em ăn bằng một nửa số lượng cũ và qua ngày thứ ba bạn có thể cho em ăn bình thường được. Tóm lại bạn có thể cho em ăn theo các thứ sau đây:

- Bữa ăn chính:

Nước cam vắt, thịt hoặc trứng, bột ngũ cốc, rau tươi, khoai tây, trái cây.

Đĩ nhiên bạn sẽ cho em ăn theo cách thức đã nói ở trên và mỗi lần chỉ nên cho em ăn một trong các thứ kể trên thôi, cũng như bạn chỉ nên chọn những thứ mà em đã có ăn trước kia.

- Trị liệu khẩn cấp cho một chứng tiêu chảy trầm trọng, khi chờ đợi Bác sĩ: Bạn thấy trẻ có những triệu chứng của một sự tiêu chảy trầm trọng (phân toàn nước, sốt 38, 39 độ. Phân có lẫn mủ và máu, ói, trông trẻ yếu đi, mắt hõm sâu) chỉ nên cho em uống một công thức đặc biệt hoàn toàn không có sữa sau đây:

Nước: 250 mg = 250 cc

Đường: một muỗng lường

Muối: 3/4 muỗng lường

Cho em uống từ 30cc đến 120cc cách khoảng 2 hoặc 3 tiếng đồng hồ. Nếu em thức hoặc đòi bú, bạn giữ như thế cho đến khi em gặp được Bác sĩ. Nếu bạn muốn tự mình trị liệu cho con, bạn nên tiếp tục cho em uống như vậy từ 24 đến 72 tiếng đồng hồ và bạn phải theo dõi phân của em có triệu chứng thuyên giảm hay không. Nếu có triệu chứng thuyên giảm bạn nên cho em:

1. Sữa bỏ bớt phần kem. Nếu thấy không có kết quả nên pha công thức sữa: 1/2 số lượng sữa như cũ, một số lượng nước như cũ, không có đường. Cho em bú một nửa còn nửa kia để lại cách 3 giờ sau cho bú tiếp nếu thấy cần, cho em bú ít càng tốt và cho bú làm nhiều lần tốt hơn là cho em bú nhiều trong một lần.
2. Nếu thấy thuyên giảm bạn pha công thức sữa như trên và lần này cho thêm một muỗng đường.
Vẫn công thức trên thêm 2 muỗng đường.
3. Nếu thấy em đi phân thường trở lại nên cho em công thức sữa thường ngày của em.
4. Sau đó cho em ăn thức ăn đặc trở lại.

Nếu thấy em có triệu chứng tiêu chảy trở lại bạn phải bắt đầu cho em bú kiêng như trước và nếu thấy có triệu chứng trầm trọng bạn phải cho em một công thức bú hoàn toàn không có sữa và làm thế nào bạn cũng phải đưa em đến thăm Bác sĩ ngay.

Dã-Thảo
Tháng 08/1984