

SỰ TÁO BÓN CỦA TRẺ.

Trẻ thường đi đại tiện vào một giờ nhất định trong ngày, cũng có những trẻ đại tiện vào những giờ khác nhau trong ngày và cả hai đều có một sức khỏe giống nhau. Nếu bạn cố gắng tập cho, hoặc ép buộc cho một đứa trẻ đại tiện không đều trở thành một đứa trẻ có một sự đại tiện đều đặn đều không có lợi. Bạn có thể không đạt được kết quả nhất là từ đầu và sau đó nếu bạn cứ tiếp tục ép buộc trẻ bạn có thể khiến trẻ trở nên khó chịu, bực dọc, xúc động, sợ hãi vì việc bạn bắt em phải đi tiêu khi em chưa sẵn sàng.



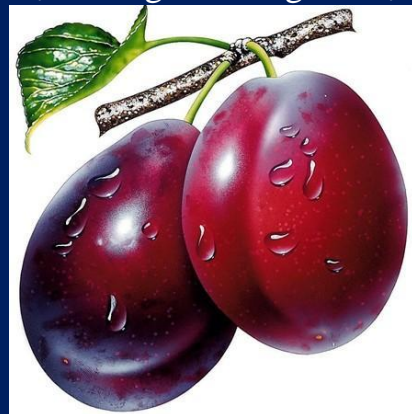
Ở trẻ nhỏ sự đi tiêu thường xảy ra 2 hoặc 3 lần một ngày và dần dần giảm bớt khi trẻ lớn hơn. Ở trẻ bú sữa mẹ sự xáo trộn về tiêu hóa thường ít khi xảy ra. Trường hợp trẻ bú sữa mẹ mà đi tiêu cách một ngày thì cũng chưa phải là táo bón nếu phân vẫn mềm và bình thường. Nhưng trường hợp trẻ cố gắng rặn mà vẫn không đi được vì phân quá cứng và đôi khi làm rách cả hậu môn của em. Hoặc ngày nào em cũng đi tiêu nhưng phân có thể chất cứng và trông như phân dê và số lượng ít, trong hai trường hợp đó bạn đều có thể cho là trẻ bị bón.

Đối với trẻ bú sữa bình bạn có thể cho là trẻ bị táo bón khi trẻ đi tiêu khó bã phân có thể chất cứng đôi khi khiến em không đi được. Điều này làm em rất khó chịu và đôi khi sinh ra gắt gỏng. Nếu tình trạng kéo dài phải đưa em đi thăm Bác sĩ. Nếu bạn ở xa không có Bác sĩ thì bạn có thể thay đổi công thức sữa cho trẻ bằng hai cách sau đây:

- Nếu bạn thường dùng “corn syrup” loại nhạt (light) bạn nên thay bằng đậm (dark) để pha vào sữa.
- Nếu không có kết quả và nếu trẻ quen với loại đường cát trắng thì bạn nên thay vào đó là đường hoặc “syrup” giống nhau.

Cả hai cách trên bạn đều pha công thức sữa với số lượng đường hoặc “syrup” giống nhau.

Đối với loại táo bón này cũng có thể trị liệu bằng cách cho trẻ uống nước cốt trái mơ (prune juice), đậm đặc hay pha loãng cũng đều có hiệu quả, khởi đầu bằng hai muỗng cà phê nước cốt trái mơ (có thể dùng loại ở trong hộp cũng



được) vào bữa bú lúc 6 giờ chiều. Nếu thấy chưa đủ bạn có thể tăng thêm bốn muỗng hoặc nhiều hơn. Đầu tiên trẻ có thể nhăn mặt khi ném thử nhưng sau đó hầu hết các trẻ đều dùng được.

Trẻ bị bón kinh niên thường ít khi thấy ở những trẻ đã lớn và đã bắt đầu ăn bột ngũ cốc, trái cây và rau tươi. Nếu con bạn bị bón ở khoảng tuổi đó bạn nên đem con đi thăm Bác sĩ, đừng có tự bạn trị liệu cho con vì thật sự bạn không biết nguyên nhân gây nên sự táo bón. Đây là điều rất quan trọng vì mọi cách trị liệu thông thường qua loa của bạn đều có thể khiến trẻ không lưu tâm đến vấn đề đại tiện của em. Tuy nhiên bạn cũng không nên bàn cãi với em về vấn đề này cũng đừng tìm cách trấn an em để em giữ mãi sự táo bón như vậy mà không gọi đến sự lưu tâm của bạn. Tránh không nên bơm thuốc vào hậu môn để em đi đại tiện. Đem em đi Bác sĩ và làm tất cả những gì mà Bác sĩ dặn bạn phải làm cho con bạn: sự ăn uống kiêng cử, thuốc men v.v...và dĩ nhiên bạn phải luôn luôn giữ sự vui vẻ đừng thắc mắc tại sao cả để tránh cho em khỏi lo lắng buồn rầu. Trường hợp bạn không thể đem em đi thăm Bác sĩ được (và bạn thấy con bạn dần dần càng bệnh hoạn) tạm thời cho em thêm trái cây và rau tươi hai ba lần một ngày. Trái cây và rau tươi luôn luôn làm cho nhuận trường. Khuyến khích em đi cho em chạy nhảy nô đùa nếu em ở tuổi biết đi biết chạy, đó cũng như một cách cho em tập thể dục và cũng hữu hiệu như một trị liệu cho sự táo bón. Các loại thuốc dầu làm cho nhuận trường thường không đủ an toàn cho trẻ nhỏ vì có thể làm cho trẻ bị sặc thuốc và thuốc theo đường hô hấp vào phổi sau đó có thể là nguyên nhân của chứng sưng phổi kinh niên của trẻ con.



Sự táo bón gây nên đau bụng trong những năm đầu của trẻ con phải trị liệu kịp thời. Nếu con bạn vào khoảng 1 - 2 hoặc 3 tuổi bị đau bụng vì táo bón và mỗi lần đi tiêu thường gây đau đớn cho trẻ vì bị rách hậu môn, bạn phải lập tức tìm cách chặn đứng cơn đau cho con bạn nếu không em sẽ vô cùng lo lắng vì con đau hoành hành em. Nếu bạn không đưa đến Bác sĩ ngay bạn phải cấp thời tự chữa lấy cho con bạn. Phương pháp an toàn là dùng các loại thuốc điều chế sẵn có bán khắp các hiệu thuốc tây: một loại điều chế của "acidophilus bacili", "mineral và chocolate flavoring". Một muỗng cà phê mỗi buổi tối là đủ lượng để giúp cho sự nhuận trường. Đây không phải là loại thuốc tẩy ruột cho nên không thể làm mềm các phân bị táo bón sẵn trong ruột được, bạn phải cho con uống như thế ít nhất một tháng hoặc cho tới khi bạn có điều kiện đưa con đi thăm Bác sĩ. Nếu sau đó con bạn có thể đi tiêu được, cho em uống từ từ ít lại, cứ ba đêm một lần, một muỗng, rồi nửa muỗng

v.v... Nếu sự táo bón trở lại bạn nên bắt đầu cho uống lại từ đầu cùng với số lượng và thời gian như trên.

* Sự táo bón về tâm lý: có hai loại khác nhau, thường thì thuộc về tâm lý của trẻ con ở khoảng 1 đến 2 tuổi. Nếu ở tuổi này mỗi lần trẻ đi tiêu thấy đau ở hậu môn vì bị rách khiến trẻ có thể nín đi đại tiện và cứ thế đôi khi em nín đi cả tuần hoặc có khi cả 2, 3 tuần vì sợ đi sẽ bị đau. Nếu sự đi đại tiện bị giữ lại thì một hai ngày sau phân đã cứng và chính vì lý do đó mà sự rắc rối xảy ra. Đôi khi cũng vì lý do mẹ em muốn tập cho em ngồi vào chỗ đi tiêu (đối với trẻ nhỏ) một mình, khiến em tự dưng nín đi tiêu và không cảm thấy muốn đi tiêu nữa và cứ nhiều lần như thế có thể gây ra sự táo bón.

* Sự táo bón tạm thời: thông thường xảy ra khi em bị bệnh đặc biệt là khi em bị sốt. Lúc xưa cha mẹ và Bác sĩ nữa, đều cho rằng cần phải làm cho em đi tiêu nếu em có triệu chứng bón kèm theo. Nhiều người còn cho rằng bón là nguyên nhân của bệnh. Nhưng tất cả đều phải công nhận rằng bệnh hoạn làm cho người ta mệt mỏi có ảnh hưởng đến bộ tiêu hoá, đi tiêu ít, chán ăn đôi khi cả ói nữa. Triệu chứng này tiếp theo triệu chứng kia. Nếu Bác sĩ đến giữa lúc có triệu chứng táo bón dĩ nhiên ông sẽ nghĩ đến việc cho thuốc nhuận trường. – Nhưng nếu Bác sĩ đến giữa lúc trẻ có triệu chứng ói mửa thì dĩ nhiên là phải khác – vì thế cho nên khi em bị bệnh mà có triệu chứng bón thì bạn cũng không nên lo lắng về việc táo bón của em mà chỉ nghĩ đến việc trị bệnh cho em thôi, rồi khi em khỏi bệnh em sẽ đi tiêu bình thường ngay.

* Sự táo bón do ảnh hưởng của thần kinh gây ra: trong trường hợp này em bé đi tiêu hạt phân nhỏ tròn cũng như phân dê và ngày nào cũng đi tiêu. Trường hợp này thường xảy ra cho những em bú sữa bò. Người ta thường không biết nguyên nhân vì sao và có người cho là do sự căng thẳng của thần kinh trong một vài trường hợp nào đó. Sự táo bón này thường khó trị liệu. Một đôi khi sự thay đổi cách ăn uống cũng có thể trị được, nhưng đôi khi lại không có kết quả. Trong khi chờ đợi Bác sĩ khám nghiệm bạn có thể cho em uống thuốc và trị liệu theo cách thức đã kể ở trên.



Dã-Thảo
Tháng 08/1984

