

TRẺ KHÓC KHÔNG DỨT

Trẻ sơ sinh thường khóc nhiều trong những tuần lễ đầu tiên, khi em càng lớn em càng ít khóc và bạn cũng bớt lo lắng dần vì bạn đã biết những đòi hỏi của em trong những thời gian khác nhau trong ngày.

Khi em khóc, những câu hỏi sẽ nảy ra trong trí bạn:

-Em đói chăng?

-Em bị ướt?

-Em bú không tiêu?

-Em bị kim băng chích?

-Hay là em làm nũng đòi ẵm bồng?

Bạn lắm khi cũng không thể nào thích ứng mãi với những sự mệt mỏi như thế. Nhưng đó là một nguyên nhân chung và ta sẽ lần lượt trả lời từng câu một. Tuy nhiên cũng có những lý do khác mà hầu hết các trẻ sơ sinh nhất là đứa con đầu lòng, đều gây nhiều rắc rối và ta không biết lấy tên gì mà đặt và cắt nghĩa cho đúng.

Khi em khóc vào một thời gian nhất định trong ngày (vào buổi chiều hay buổi tối), ta thường cho là em bị đau bụng. Nếu em khóc bất kể lúc nào (ngày hay đêm) ta đành thờ dãi và cho là em bé rắc rối và quấy rầy quá. Ta chỉ biết rằng nó xảy ra và dần dần biến mất sau khi em bé được khoảng ba tháng. Cũng có những trường hợp khác biệt như những em bé có một hệ thống thần kinh và tiêu hóa chưa được hoàn hảo để có thể thích hợp với đời sống bên ngoài và đó cũng là trường hợp khó khăn hơn để đưa em bé đến chỗ thích hợp hoàn toàn.

Tuy nhiên, điều đáng nhớ là trẻ khóc trong những tuần lễ đầu chỉ là tạm thời và không phải là dấu hiệu của một điều gì trầm trọng cả.

1/ Em đói bụng: Nếu bạn cho em bú theo giờ giấc nhất định, sau cử bú em ngủ và thức giấc trước hai tiếng đồng hồ thì có thể không phải vì đói bụng mà chỉ vì tiếng động hay vì chung quanh quá ồn ào. Nếu em thức giấc khoảng nửa giờ hay một giờ sau, đặc biệt là vào buổi chiều hoặc buổi tối thì hầu như là em bị đau bụng, còn nếu như em thức dậy sau hai tiếng rưỡi hoặc ba tiếng đồng hồ thì phải nghĩ là em đói bụng.



Nên để ý nếu em lớn nhanh thì số lượng sữa cũng phải tăng cho em. Một em bé lớn nhanh thường bú hết số lượng sữa trong bình lệ làng mỗi lần bú. Và em thường tỏ vẻ muốn bú thêm khi em bú hết bình. Em thức dậy sớm hơn và khóc sớm hơn bình thường, không khóc nhiều, sau thời gian thức dậy sớm hơn thường lệ, em sẽ bắt đầu khóc để đòi hỏi thêm sau mỗi lần bú.

Thường thường sữa mẹ cũng sẽ tăng dần theo đúng nhu cầu đòi hỏi của em nhưng cũng có thể mẹ có ít sữa nhất là trong trường hợp mẹ bị mệt hoặc lo nghĩ. Nếu mẹ cho bú thêm và em bằng lòng ngủ ngon giấc thì thôi còn nếu em khóc mãi thì hãy để em khóc nếu mẹ chịu được cái khóc của em chừng 10, 15 phút. Nếu em không chịu ngủ thì thử cho em bú thêm sữa bình cũng không có hại gì cả.

2/ Em bị bệnh: Trẻ bị cảm lạnh và bị nhiễm trùng đường tiêu hoá trong những tháng đầu tiên, thường bị chảy mũi nước, ho, tiêu chảy. Những sự nhiễm trùng khác thường rất hiếm. Nếu em bé không khóc nhưng trông có vẻ khác thường toàn diện và thay đổi sắc mặt thì phải lấy nhiệt độ của em và trình Bác sĩ ngay.

3/ Trẻ khóc vì ướt hoặc đại tiện: lẽ dĩ nhiên trong trường hợp đó ta phải thay tã cho em.

4/ Trẻ khóc vì bị kim găm chích: điều này chưa bao giờ thấy xảy ra nhưng tốt hơn hết là nên kiểm soát lại chỗ có gài kim găm.

5/ Trẻ bú không tiêu: thử cho em ợ hơi mặc dầu trước đó mẹ đã cho em ợ hơi rồi. Trẻ bú không tiêu thường hay bị trớ ra chất lỏng hay đặc, hoặc đi tiêu ra phân màu xanh. Triệu chứng chung là trẻ khó chịu quấy rối và trung tiện luôn. Nếu trẻ ới mửa nhiều và đi phân màu xanh thì phải thay đổi công thức sữa cho trẻ. Phải khám cho trẻ mặc dầu trẻ vẫn lên cân. Trường hợp trẻ bú không tiêu và không lên cân thì cần thiết là phải đem em đi thăm Bác sĩ ngay.

Nếu bạn ở quá xa không thể đưa em đi Bác sĩ ngay được thì bạn tạm thời thay đổi công thức sữa bằng cách loại bỏ đường trong công thức pha sữa. Trẻ có thể cần một công thức sữa hoàn toàn không có đường để tạo “calorie”. Bạn có thể thay bằng một loại sữa đặc không có đường. Nếu thấy không có kết quả thì bạn có thể thay bằng một loại sữa chua (Lactic acid milk). Sữa này bạn có thể



mua ngoài thị trường hoặc bạn có thể tự làm lấy bằng cách bỏ thêm chất Lactic acid vào trong sữa. Trẻ bú sữa chua dễ tiêu hơn là sữa ngọt thường. Nếu sự thay đổi có kết quả khả quan, bạn có thể giữ công thức đó trong vài tháng cho đến khi nhờ Bác sĩ khám lại cho trẻ.

6/ Trẻ trở thành hư nhõng nhẻo: trong thời gian em bị chứng khó tiêu, khóc quấy vừa kể trên, thường thì đến khoảng ba tháng sau thì hết nhưng cũng có lắm trẻ kéo dài đến bốn tháng hoặc năm tháng. Bạn nhận thấy trẻ không còn khóc quấy, thức giấc khóc quằn quại với tình trạng căng thẳng nữa. Tự nhiên những trẻ này dễ trở nên nhõng nhẻo đòi ẵm bồng hoài trên tay và phải luôn luôn có người bên cạnh. Bây giờ là lúc bạn nên bớt chiều chuộng em nhưng tránh đừng thay đổi quá đột ngột. Đến giờ ngủ bản vui vẻ dỗ em ngủ, cứng rắn bảo em ngủ và bạn có việc khác phải làm mặc dầu em có khóc ré vài ba phút cũng mặc. Có nhiều trường hợp trẻ trở nên nhõng nhẻo cả năm đầu vì mẹ quá chiều chuộng em.



7/ Trẻ bị mệt: những trẻ thường hay thức giấc bất thường trong một thời gian được giao cho một người lạ giữ hay đến một chỗ nào lạ, ngay cả trẻ chơi đùa với chính cha mẹ cũng vậy, em bị mệt, tinh thần căng thẳng và trở nên khó chịu. Điều đó khiến em bị khó ngủ. Nếu cha mẹ hoặc người khác cố gắng làm vừa lòng em bằng cách tiếp tục chơi với em nói chuyện với em, nhồi xóc em chỉ khiến em mệt thêm, tình trạng sẽ trở nên xấu hơn.

Những trẻ đang ở trong trạng thái mệt mỏi như vậy thường ngủ không yên giấc, hay khóc trước khi ngủ, trẻ khóc dữ dội và la thật lớn. Rồi từ từ hoặc thỉnh thoảng trẻ nín khóc và lăn ra ngủ. Vì vậy, nếu trẻ khóc trước khi ngủ và sau bữa bú, trước tiên bạn phải nghĩ là em bé bị mệt và tốt nhất là để em vào nôi hay giường để em khóc tự nhiên chừng 15, 30 phút. Nhiều em ngủ nhanh hơn sau khi được bỏ vào nôi một mình, và đây là phương pháp mà nhiều người đã làm lâu nay. Nhiều trẻ khác qua được cơn mệt mỏi nếu được ru ngủ trong những động tác nhẹ nhàng như ta đưa nôi em qua lại hay ôm em trong tay đi lui đi tới im lặng trong một căn phòng tối khiến em bị phụ thuộc vào những động tác nhịp nhàng đó và đòi hỏi ngày càng nhiều hơn. Như thế không sớm thì muộn bạn cũng đâm ra bực mình.

8/ Những trẻ có một trạng thái thần kinh căng thẳng: nhiều người còn gọi là trẻ yếu thần kinh. Trong những tuần lễ đầu, trẻ không lúc nào ngủ yên thường hay giật mình vì những tiếng động nhẹ hoặc trăn trở thay đổi thế nằm. Nếu mẹ bồng em

trong tay hơi lỏng một chút hoặc mẹ di chuyển em thành linh cũng làm em giật mình. Em sợ tắm, em cũng bị đau bụng và có những cơn khóc khó chịu định kỳ.

Những trẻ như thế nên để em trong một căn phòng yên tĩnh, ít khách viếng thăm, ít tiếng động, di chuyển em nhẹ nhàng từ từ, giữ chặt khi bế em, đặt em trên cái gối mềm lớn mỗi khi thay tả cho em và hầu như phải luôn luôn quấn chặt em trong một cái mền mỏng, đắp ngang bụng khi em nằm trong nôi, nên dùng nôi nhỏ vừa em nằm.

Có trẻ bị đau bụng và khóc từ khoảng 6 giờ chiều cho đến 10 giờ đêm hoặc từ 2 giờ chiều cho đến 6 giờ chiều, có trẻ kéo dài thời gian hơn. Có trẻ ngủ như thiên thần suốt đêm nhưng lại khóc hoài cả ngày. Trường hợp này, không xấu bằng nếu trẻ ngủ suốt ngày và đến đêm thì khóc tới khuya.

Nói tóm lại hầu hết những gì quan trọng mà bạn phải nhận thực là tình trạng chung của trẻ sơ sinh là như thế và điều đó không phải là thương xuyên có hại cho em. Trái lại lắm trẻ trong trường hợp càng khóc càng mau lớn và sẽ thôi khóc vào tháng thứ ba.

Còn đối với những trẻ đặc biệt khóc vì đau bụng, bú không tiêu trạng thái căng thẳng v.v. phải để ở trong phòng riêng biệt yên tĩnh như đã kể trên, bạn phải luôn luôn liên lạc với Bác sĩ. Trong trường hợp trẻ đau bụng mà không kịp có Bác sĩ ngay thì bạn nên để em nằm yên ngang trên gối bạn, hoặc dùng bọc nước nóng chườm ở bụng và xoa bóp bụng cho em. Nếu dùng bọc nước nóng bạn phải cẩn thận để khỏi làm em bị phỏng, thường thì nên quấn bọc nước nóng bằng một cái khăn lông trước khi đặt em bé lên.

Dã-Thảo
Tháng 07/1984

