

Dịp Tết tuy nhiều món ăn ngon đặc trưng, bánh mứt kẹo cũng luôn có sẵn nhưng đây lại chính là nguyên nhân tiềm ẩn những nguy hiểm cho trẻ.



Trẻ dễ mắc bệnh tiêu hóa trong dịp Tết

Trong những ngày Tết, cha mẹ thường có thói quen sắm đồ ăn thức uống để đãi (đón tiếp khách, đãi khách, đãi em...), thức uống chế biến sẵn (nguyên liệu đã qua chế biến hoặc quá hạn) và thói quen ăn uống của các thành viên thường biến đổi. Ví dụ, chế độ ăn nhiều thức ăn giàu đạm, đường, chất béo... giảm lượng thức ăn, vitamin, chất khoáng... nên rất dễ dẫn đến tình trạng rối loạn tiêu hóa.

Đặc biệt trẻ em với hệ tiêu hóa còn non yếu, khả năng thích nghi kém nên khi các bé ăn không đúng bữa, lạm dụng đồ ăn các loại thức uống mà thích nhưng không tốt cho sức khỏe (bánh, kẹo, nước ngọt...), khả năng các bé mắc chứng rối loạn tiêu hóa rất cao, có thể gây nguy hiểm đến tính mạng cho bé nếu không được điều trị kịp thời.

Học hỏi về tình trạng khá phổ biến

Dịp Tết, những tai nạn do học hỏi về trẻ cũng diễn ra khá phổ biến, trong đó kẹo là 'thủ phạm' gây học hỏi về trẻ đáng ngại nhất. Vì trẻ nhỏ có thói quen thích ăn kẹo, hoa quả nhưng không cho trẻ ăn, vì sợ trẻ ăn kẹo vào răng sẽ hỏng răng hoặc vì trẻ ăn kẹo vào miệng sẽ bị đau miệng. Trẻ nhỏ rất tò mò, thích cho vào miệng những vật lạ, vì vậy trẻ rất dễ nuốt kẹo vào miệng, thậm chí là nuốt cả gói kẹo. Trẻ nhỏ rất dễ bị ngộ độc nếu ăn kẹo không rõ nguồn gốc, hoặc kẹo đã hết hạn sử dụng. Trẻ nhỏ cũng rất dễ bị dị ứng nếu ăn kẹo có chứa các chất gây dị ứng như sữa, trứng, đậu nành, gluten... Trẻ nhỏ cũng rất dễ bị nghẹn nếu ăn kẹo cứng, kẹo dẻo, kẹo dẻo dính, kẹo dẻo dẻo... Trẻ nhỏ cũng rất dễ bị mất nước nếu ăn kẹo quá nhiều, vì kẹo có chứa nhiều đường, làm mất nước trong cơ thể.

Phòng ngừa thức ăn cho trẻ ngày Tết

Thức ăn ngày Tết thường được chế biến sẵn để dùng trong nhiều ngày như lợn xé, thịt kho trứng, cá kho, giò chả, bánh tét, bánh chưng. Thức ăn uống chứa nhiều đường như mứt, bánh kẹo, nước ngọt, sirô.



Khi bé có biểu hiện bệnh, gia đình nên đưa bé đến ngay bệnh viện để được khám và điều trị kịp thời. Nhớ mình nhé

Những thức ăn trên nêu không đảm bảo trong quá trình chế biến, bảo quản và sử dụng, là môi trường thu nhận lợi cho vi khuẩn phát triển và gây ngộ độc.

Trẻ bệnh được thức ăn thường bị tiêu chảy sau khi ăn một giờ trở đi. Bé nôn ói vài lần hoặc rất dữ dội, liên tục; đau bụng quặn từng cơn sau đó có thể đi tiêu chảy. Tùy theo tác nhân gây ngộ độc mà triệu chứng nôn ói nổi bật hay tiêu chảy nhiều hơn.

Đa số trẻ thường bị nôn ói rất nhiều do tác dụng của độc tố. Nếu không được chăm sóc thích hợp, nôn ói nhiều thường dẫn đến tình trạng mất nước, mất điện giải, rối loạn nhịp tim và đi ngoài phân lỏng như nước. Sốt, tiêu chảy, tiêu máu là dấu hiệu nhiễm trùng gây nên tình trạng ruột. Một số ít trẻ bệnh được thức ăn có biểu hiện nhiễm trùng toàn thân gây nhiễm trùng huyết, viêm màng não. Khi thấy trẻ có dấu hiệu bệnh, tốt nhất là nhanh chóng đưa trẻ đến bệnh viện để được các bác sĩ khám và điều trị kịp thời.

Tốt nhất là đảm bảo thức ăn an toàn và hợp vệ sinh. Chọn thức ăn chế biến an toàn, tránh đồ ô nhiễm. Nếu chín và bảo quản thức ăn đã nấu chín thì tốt nhất là giữ trong tủ lạnh, không để nhiều hơn 2 giờ. Hạn chế ăn trước khi ăn. Thói quen cho trẻ rửa tay trước

khi ăn, người lớn rửa tay trước khi cho bé ăn hoặc cho bé ăn.

Minh Thúy (Dinhduong.com.vn)