

Khi thời tiết chuyển mùa từ nóng sang lạnh, số trẻ em mắc các bệnh virus, trung tâm y tế tăng vọt.



Các bệnh thường gặp khi thời tiết giao mùa bao gồm bệnh cúm, viêm đường hô hấp cấp tính, viêm phế quản, hen suyễn, đặc biệt vào dịp Tết có sự gia tăng đáng kể các bệnh lý về đường tiêu hóa.

Hiểu rõ nguyên nhân các bệnh thường gặp ở trẻ em lúc giao mùa, đặc biệt là các biện pháp phòng ngừa hiệu quả, sẽ giúp quý phụ huynh chăm sóc tốt hơn những đứa con thân yêu của mình và để gia đình cùng đón mừng cái Tết thật vui và trọn vẹn.

Những nguyên nhân

Trẻ em rất dễ mắc bệnh lý lúc giao mùa, đặc biệt là dịp Tết, vì những lý do căn bản sau:

- Trẻ em, nhất là trẻ nhỏ dưới 3 tuổi, sức đề kháng còn rất yếu kém vì hệ miễn dịch của trẻ chưa hoàn thiện nên rất dễ bị các tác nhân gây bệnh tấn công.

- Trẻ thường xuyên tiếp xúc với môi trường bên ngoài, nguy cơ bị nhiễm bệnh rất cao trong khi trẻ chưa ý thức được khả năng tự phòng bệnh.

- Trẻ thường xuyên sống trong môi trường đông đúc tập thể như nhà trẻ, mẫu giáo, trường tiểu học... khi có một bệnh nhân bị bệnh sẽ dễ lây lan cho các bệnh khác.

- Vào mùa lạnh, độ ẩm trong không khí thấp và nhiệt độ môi trường không cao, đặc trưng là khí hậu lạnh ẩm tạo điều kiện cho rickettsia loaixi vi khuẩn, virus đường hô hấp phát triển mạnh và gây bệnh cho trẻ.

- Đặc biệt, việc ăn uống và bổ sung thực phẩm ngay tết không tuân thủ quy trình an toàn vệ sinh thực phẩm sẽ làm phát sinh nhiều bệnh lý về đường tiêu hóa, bệnh hô hấp như cúm, sốt phát ban và các bệnh khác.

Bệnh lý thường gặp

Theo kinh nghiệm từ các bác sĩ Nhi khoa, ngày nắng hanh trong khi sáng sớm và đêm trời lạnh khi nhiễm đường hô hấp cấp tính do virus, vi khuẩn tấn công. Số liệu thống kê từ các cơ sở khám chữa bệnh trên cơ sở cho biết: số trẻ mắc các bệnh lý về đường tiêu hóa như: tiêu chảy cấp, rối loạn tiêu hóa, ngộ độc thực phẩm... vào dịp tết thường tăng cao hơn ngày thường từ 20 - 25%, nguyên nhân chủ yếu do cha mẹ không chú ý nhiều về việc ăn uống cấp tính trong dịp này.

Nhóm bệnh về đường hô hấp:

Viêm đường hô hấp trên cấp tính như: viêm họng, viêm mũi, viêm amidan, viêm VA, viêm tai giữa, viêm thanh quản cấp... gây nhiều bệnh hô hấp cấp tính khác và việc ăn uống cấp tính. Bệnh có thể do tác nhân là vi rút hoặc vi khuẩn gây ra.

Viêm đường hô hấp dưới như: viêm phổi, viêm phế quản cấp, viêm tiểu phế quản... nếu không được theo dõi và điều trị kịp thời có thể gây hiểm nguy cho sức khỏe cấp tính.

Bệnh cúm ở trẻ em: rickettsia thường gặp trong mùa lạnh, khả năng trẻ em bị nhiễm chiếm 1/3 dân số người bị mắc cúm hàng năm, nếu không cẩn thận có thể gây nhiều biến chứng nguy hiểm.

Bệnh hen suyễn: rickettsia thường gặp vào thời kỳ giao mùa, trẻ em có tiền căn đường hô hấp và hen suyễn, số trẻ đột ngột lên cơn "hen" khi thời tiết trời lạnh đột ngột.

Nhóm bệnh về đường tiêu hóa:

Rối loạn tiêu hóa: ăn bánh kẹo nhiều, uống nước ngọt “vô chừa” hoặc trái cây trẻ em có thể làm cho trẻ cảm thấy khó chịu vì hệ tiêu hóa phải chịu áp lực của việc ăn ngọt quá lâu. Biểu hiện thường gặp là trẻ bị đầy bụng, khó tiêu đôi khi bị đau bụng dữ dội hay gặp trẻ em bị nhiễm giun tiêu mủn. Ngoài ra, trẻ có thể bị tăng đường huyết bất thường làm trẻ phải đi tiểu nhiều và mất nước.

Tiêu chảy cấp: thường do trẻ ăn những loại thức phẩm chế biến sẵn không đảm bảo vệ sinh, thức ăn để lâu ngày hoặc sử dụng quá lâu... bệnh gặp nhiều ở trẻ dưới 2 tuổi. Tác nhân gây bệnh thường là siêu vi trùng, Rotavirus, E.coli, Shigella... Triệu chứng gồm tiêu phân lỏng nhiều lần trong ngày, phân có màu vàng hoặc vàng xanh, có thể kèm nôn hoặc buồn nôn, đau bụng hoặc sốt. Nếu bị mất nước nhiều trẻ có thể bị mất lờ, chân tay lạnh, mất trũng, da khô, tiểu ít.

Ngộ độc thức ăn: tình trạng bệnh lý rất thường gặp dịp Tết, nguyên nhân chủ yếu do sử dụng các loại thức phẩm tươi sống hoặc chế biến sẵn đã bị nhiễm khuẩn. Bệnh gặp nhiều nhất là tiêu chảy, triệu chứng thường gặp là trẻ bị đau quặn bụng, nôn ói nhiều lần, tiêu chảy, xuất hiện trong khoảng 1 - 6 giờ sau khi trẻ sử dụng các loại thức ăn bị nhiễm khuẩn này.

Những biện pháp phòng ngừa

- Luôn đảm bảo chế độ dinh dưỡng hợp lý cho trẻ trong những ngày Tết, giúp trẻ tăng cường sức đề kháng để vượt qua bệnh tật.

- Giữ vệ sinh môi trường sống tốt, trong lành, sạch sẽ và thoáng khí giúp trẻ phòng tránh hiệu quả các bệnh lý lây nhiễm qua đường hô hấp như: hắt hơi, sổ mũi, sốt, đau mắt, cúm, viêm đường hô hấp, tránh tình trạng bị bệnh, khói thuốc lá, khói công nghiệp.

- Tạo cho trẻ thói quen rửa tay sạch sẽ đúng cách thường xuyên hàng ngày, giúp loại bỏ các

tác nhân gây bệnh nguy hiểm lây lan qua con đường tay - miệng.

- Giữ ấm cơ thể trẻ khi thời tiết chuyển lạnh như trẻ có quần áo - quần áo ấm - quần áo ấm và hen suyễn bệnh dị ứng nên áp dụng biện pháp rửa tay thường xuyên như rửa tay bằng xà phòng, rửa tay bằng nước ấm, rửa tay bằng nước ấm, rửa tay bằng nước ấm, rửa tay bằng nước ấm.

- Việc chăm sóc dinh dưỡng hàng ngày cho trẻ cần tuân thủ tuyệt đối quy trình “vệ sinh an toàn thực phẩm” nhằm giúp trẻ phòng tránh các bệnh đường tiêu hóa một cách tốt nhất, đặc biệt nên bổ sung và lưu giữ thực phẩm đúng cách.

- Khi phát hiện trẻ bệnh nên sớm đưa trẻ đi khám bác sĩ để được chữa trị kịp thời và có được những lời khuyên hữu ích giúp phụ huynh chăm sóc trẻ tốt hơn trong thời gian trẻ bệnh.

- Thực hiện tốt việc tiêm chủng đầy đủ các mũi vắc-xin cho trẻ theo lịch tư vấn để có cách phòng ngừa bệnh tật hiệu quả nhất và hiệu quả nhất.

Người n: Số c kh e đ i s ng