

Sau khi ra khỏi cơ thể mẹ, nhiệt độ cơ thể bé sẽ giảm ngay lập tức (2-4°C), khi đó trẻ sẽ lạnh. Sự giảm nhiệt này gọi là giảm nhiệt sơ sinh có thể đe dọa đến tính mạng trẻ. Hiện tượng này không chỉ xảy ra ở trẻ đẻ tại nhà, trẻ có cân nặng sơ sinh thấp mà còn có thể xảy ra ở những trẻ đẻ tại cơ sở y tế và những trẻ có cân nặng sơ sinh bình thường.



Chăn ấm hoặc không đội mũ có thể làm hạ thân nhiệt của trẻ.

Những trẻ sơ sinh thân nhiệt thường có xu hướng tiếp tục bị giảm thân nhiệt sau 24 giờ tiếp theo. Trẻ sơ sinh thường xuyên hay bị giảm thân nhiệt. Nguyên nhân giảm thân nhiệt sẽ gây nguy hiểm cho những trẻ sơ sinh khi sinh. Giảm thân nhiệt ở trẻ sơ sinh còn là nguy cơ dẫn đến giảm lượng đường trong máu, nhiễm acid trong quá trình trao đổi chất vì cơ thể cần oxy ra nhiệt để duy trì. Khi bị mất nhiệt, hệ hô hấp phải làm việc quá sức khiến trẻ dễ có nguy cơ bị nghẹt thở. Trẻ sơ sinh thân nhiệt cũng tăng nguy cơ bị nhiễm trùng, mắc các bệnh vàng da và các bệnh khác.

Các yếu tố góp phần làm hạ thân nhiệt ở trẻ bao gồm: Phòng của trẻ lạnh, không khô, thoáng, không được che chắn kín; Chăn quấn cho trẻ lỏng, trẻ không được đội mũ; Trẻ sơ sinh không được quấn mền; Tủ ấm sưởi cho trẻ; Trẻ không được bú sữa mẹ; Trẻ sinh nhẹ cân, đẻ non, sơ sinh trong khi sinh...

Cách giữ ấm thân nhiệt cho trẻ: Duy trì “vòng ấm áp” cho tất cả trẻ mới sinh.

Cần có môi trường phòng ấm cho trẻ sơ sinh (ít nhất là 25°C), lau khô cho trẻ hoàn toàn ngay sau khi sinh, quấn tã, khăn vải mềm hoặc chăn và giữ cho trẻ được khô ráo. Nhẹ đội mũ cho trẻ.

Đốt trẻ nằm trong cũi: Đốt trẻ nằm úp lên cũi thỏ mồi (da tiếp xúc với da) là tốt nhất, như cách chăm sóc con của loài Kangaroo. Mẹ nghiên cứu triền khai thì Mẹ cho thỏ y đốt trẻ lên bồng ngay sau khi sinh và liên tục nhúng giẻ sau đó giúp giữ ấm cho trẻ tốt hơn là dùng lò sưởi. Ngủ ấm là “lò sưởi” tốt nhất vì cũi thỏ mồi giữ ấm cho trẻ tốt nhất phù hợp nhất. Cũng như vậy, cách cho trẻ tiếp xúc trực tiếp “da với da” với mẹ là cách tốt nhất để giúp trẻ khỏe mạnh. Nếu vì một lý do nào đó mà phải cách ly mẹ và bé thì cần bồng đốt mẹ rờng trẻ đốt cũi bao bọc tốt bồng với khô và đốt cũi mũ mồi.

Sử dụng phương pháp “da với da” để làm ấm lại nhúng trẻ bồng nhúng mồi: “Da với da” cũng là cách tốt nhất là an toàn nhất để làm bé ấm lại. Các cách sưởi ấm nhân tạo như dùng lò sưởi và đèn sưởi, mồi phồng bồng quăn và có thể làm trẻ bồng quá nóng. Trẻ sơ sinh bồng quá nóng (thể chỉ số cao) khi các nguần tạo nhiệt nhân tạo bồng mồi đốt, hoặc do trẻ đốt cũi bao bọc mồi quá kín thỏ trong thỏ tiệt nóng.

Khuyến khích tiếp xúc các bà mẹ cho con bú theo nhu cầu của trẻ: Vì cũi này tạo điểu kiện đốt mồi và bé luôn đốt cũi gần nhau, nên đốt cho bé bú bồng tốt cũi khi nào trẻ có nhu cầu nhúng bồng đốt mồi cung cấp thân nhiệt cho bé.

Theo khuyến cáo của WHO thì không tắm cho trẻ sơ sinh trong 6 giờ đầu. Đốt ít nhất sau khi sinh 6 giờ, tốt nhất là đốt 24 giờ hãy tắm cho trẻ. Máu và nước cũi có thể lau sạch khi trẻ mồi sinh ra, nhúng không nên lau lớp màng nhày mồi, màu trắng trên da của bé. Lớp màng này có tác dụng bồng với bé khi vi khuẩn gây hại và bồng với da trẻ khi mồi tiếp xúc. Lớp màng này đốt cũi hấp thu vào da của bé mồi cách tốt nhất.

Nên kiểm tra thân nhiệt của trẻ: Đo nhiệt độ cho trẻ (bình thường khoảng 36-37oC) trong 30 phút đầu sau khi sinh để kiểm tra xem trẻ có bồng nhúng mồi hay không và kiểm tra lại nhiệt độ sau 2 giờ. Đốt với nhúng trẻ sinh bình thường, có cân nặng đốt thì không cần kiểm tra thêm, nhúng với trẻ có cân nặng thấp (dưới 2.500g), trẻ khó thở và trẻ yếu thì cần tiếp tục đo và theo dõi thân nhiệt.

BS. Nguyễn Văn Nam

<div></div>