

Rôm sảy là căn bệnh thường gặp trẻ, đặc biệt vào mùa hè. Điều trị và phòng tránh rôm sảy thông thường không khó nhưng nếu bạn không điều trị và phát triển thành mụn nhọt, việc điều trị sẽ trở nên vô cùng phức tạp.

Nguyên nhân gây ra rôm sảy

Mùa hè thời tiết nóng bức thường gây ra các bệnh về da trẻ, trong đó có bệnh rôm sảy. Trẻ dưới 3 tuổi thường có nguy cơ mắc bệnh cao.

Nguyên nhân chính là do thời tiết nóng bức, mồ hôi trẻ tiết ra nhiều nhưng không thoát được hết và đọng lại trong các nang bài tiết trên da trẻ. Trong khi đó, mồ hôi đọng bài tiết đọng lại hay ghét bít kín khiến làn da nổi lên nhiều mụn nhọt làm tím mẩn màu hồng.



Thoa phần cho trẻ để ngừa rôm sảy.

Nhiều mụn nhọt này mọc thành từng đám và thường xuất hiện ở những vùng da có nhiều mồ hôi, chẳng hạn như: trán, cổ, lưng, ngực, các nếp gấp cổ áo cổ tay...

Thông thường, khi thời tiết mát mẻ, hiện tượng này sẽ tự động mất đi và không gây tác hại gì. Tuy nhiên, có những trường hợp nếu đặc biệt, rôm sảy sẽ chuyển biến thành mụn mủ và nhọt, chủ yếu là các trẻ không được giữ gìn vệ sinh sạch sẽ, da bị xây xước và nhiễm trùng. Nếu không được điều trị và giữ gìn vệ sinh sạch sẽ, trẻ còn có nguy cơ bị viêm da mãn tính (da không tiết mồ hôi) hay viêm cấp tính (tuy hiếm gặp nhưng vô cùng nguy hiểm).

Đau trọt rôm sảy

Với chứng rôm sảy thông thường: ngứa trên da trọt xuất hiện các mẩn ngứa sẩn đỏ thì việc đầu tiên là nhanh chóng làm thoáng mát phần da này.

Da trọt có dấu hiệu u nhọt mụn khuynh nhọt: các nốt rôm to khác thường, chứa nhọt u mủ trọt ngứa, xuất hiện các mụn nhọt... cần có chế độ chăm sóc thích hợp cho trọt:

- Nếu chưa có 1-2 nốt bứt đầu mủ, dùng cồn iod chấm vào đúng chỗ nốt hoặc dùng cao tiêu nốt dán lên. Khi nốt bứt đầu mủ, đắp trọt đắp n các chỗ ngứa tọt chích mủ.

- Trong trường hợp nốt mụn liên tiếp và mụn dày thì phải đắp a trọt đắp n ngay bệnh viện để bác sĩ tìm ra nguyên nhân.

Một số mẹo chữa rôm sảy:

Thông thường, các bà mẹ có thể sử dụng phần rôm để chữa rôm sảy cho trọt. Cách dùng là bôi lên những vùng da bị rôm sảy của trọt sau khi đã tắm và lau khô rồi sử dụng. Tuy nhiên, cần lưu ý đến chất liệu và sự kiên nhẫn vì tọt của loại phần rôm chữa cho trọt, tránh tình trạng càng làm bứt tọt da trọt hoặc tạo môi trường cho vi khuẩn và nấm da phát triển mạnh hơn.

Có thể sử dụng các loại kem có thành phần hydrocortisone (tác dụng trị rôm sảy), hay kem có chứa acid salicylic (tác dụng khô bứt mủ tọt da, se lỗ chân lông) để thoa cho trọt sau khi tắm xong.

Ngoài ra, có thể sử dụng một số mẹo dân gian như: dùng mướp đắng, gừng tươi, lá dâu tằm... để tắm hoặc bôi lên các vết rôm cho trọt hàng ngày, cũng rất hữu ích.

Nếu đã thử nhiều cách mà vẫn không giúp đỡ khỏi rôm sảy, nên đưa trẻ đi khám chuyên khoa da liễu.

Phòng tránh rôm sảy cho trẻ

Vệ sinh sạch sẽ:

Tắm cho trẻ mỗi ngày để giữ da luôn sạch sẽ, mát mẻ. Dùng nước mát để tắm và tắm bằng sữa tắm chuyên dùng cho trẻ, tránh các loại sữa tắm có độ kiềm mạnh, gây khô da.

Có thể vắt thêm một quả chanh vào nước tắm hoặc dùng một ít dầu dừa để tắm cho trẻ cũng rất tốt, có tác dụng phòng rôm sảy.

Việc ăn mặc và chăm sóc dinh dưỡng:

Cho trẻ mặc những quần áo bằng chất liệu mềm, rộng rãi và nhuộm màu.

Tốt nhất là nên chọn các loại sợi tự nhiên, thấm mồ hôi và tránh các loại vải dày, vải nylon bí mồ hôi.

Khi đưa trẻ ra ngoài, nên cho mặc áo chống nắng, đeo kính râm, đội mũ rộng vành, đeo khẩu trang và thoa kem chống nắng cho trẻ.

Khuyến khích trẻ uống đủ nước, ăn nhiều các vitamin có trong rau xanh, trái cây tươi và hạn chế các thức ăn quá ngọt như: chocolate, kẹo bánh...

Không cho trẻ uống bất cứ loại kháng sinh nào khi chưa có ý kiến của bác sĩ.

Chú ý sinh hoạt:

Tránh cho trẻ tiếp xúc môi trường nóng và chú ý sinh hoạt hợp lý.

Phòng ngừa trẻ nên thoáng mát, rộng rãi. Hạn chế cho trẻ đến những nơi ẩm ướt, đông người, không khí nóng ngột ngạt.

Không nên để trẻ ra ngoài khi trời nắng nóng, đặc biệt là trong khoảng thời gian từ 10 giờ sáng đến 4 giờ chiều.

Hạn chế trẻ gãi lên da bị rôm sảy, để gây tổn thương làm nhiễm trùng da.

BS. TRẦN QUANG NINH