

Nã nay thã i tiã t diã n biã n khá phã c tã p, đã c biã t là nã ng nóng kéo dài làm cho nhiã u loã i bã nh xuã t hiã n ã mã i lã a tuã i nhã ng đãng lo ngã i nhã t là trã em. Bã nh viêm đãng ng hô hã p cã p tãnh, đã c biã t là đãng ng hô hã p đãng i là mã t bã nh đãng có xu hãng gia tãng làm cho sã trã mã c bã nh ngày càng nhiã u và diã n biã n rã t phã c tã p, khó lã ng trã c.

## Nã ng nóng kéo dài gây viêm đãng ng hô hã p

Nguyên nhân viêm đãng ng hô hã p cã p tãnh do virus thãng chiã m tã lã cao hã n cã . Đã c đã m cã a viêm đãng ng hô hã p cã p tãnh do virus thãng khã i phát rã t rã m rã nhã sã t cao (rã t đã đã n đã n trã bã co giã t), trã vã t vã, có thã có rã i loã n tiêu hoá, đã c biã t là mã i thuã c kháng sinh ã u dùng sã không có tác đãng. Hã n nã a viêm đãng ng hô hã p cã p tãnh do virus đã gây biã n chã ng nguy hiã m. Mã t sã loã i virus gây bã nh cho đãng ng hô hã p nhã virus hã p bào, Adeno virus, virus cúm... Còn vi khuã n gây viêm đãng ng hô hã p cã p tãnh hay gã p nhã t là các loã i vi khuã n bình thãng vã n cã trú ã đãng ng hô hã p cã a trã nhã ng khi có đã u kiã n thuã n lã i thì chúng trã nên gây bã nh (vi khuã n gây bã nh cã hã i) nhã vi khuã n Hemophilus influenzae, Streptococcus pneumoniae hoã c Staphylococcus. Khi trã mã c bã nh viêm đãng ng hô hã p cã p tãnh còn liên quan đã n thã i tiã t, đã c biã t là thã i tiã t thay đã i đã t ngã t hoã c nã ng nóng kéo dài. Chã đã chăm sóc, nuôi đãng trã, tình trã ng sã c khã e cã a trã nhã trã bã còi xã ng suy dinh đãng cũng đãng mã t vai trò hã t sã c quan trã ng làm trã đã bã mã c bã nh. Trã mã c mã t sã bã nh mã n tãnh nhã hen phã quã n, viêm VA, viêm amidan mã n tãnh, viêm mũi, xoang... thì rã t đã mã c bã nh vã đãng ng hô hã p đãng i, nhã t là viêm phã quã n cã p tãnh, viêm phã i cã p tãnh... Mã t sã vi nã m cũng đãng vai trò gây bã nh viêm đãng ng hô hã p cã p tãnh nhã nã m Candia albicans. Khi nã m gây viêm đãng ng hô hã p thãng bã nh diã n biã n nã ng, phã c tã p và viã c chã n đã n chính xác không đã n giã n chũt nào.



Ăn kem dã khã n trã bã viêm đã ng hô hã p.

### Nên làm gì đã phòng bã nhã viêm đã ng hô hã p cho trã ?

Khi thã i tiã t nã ng nóng, các bã c phã huynh cã n quan tâm chăm sóc trã , không cho trã ra ngoài nã ng nhã t là lúc nã ng gay gã t. Đã i vã i trã ã n, không cho trã chã i hoã c không cho trã đá bóng ngoài trã i lúc còn nã ng nóng. Không cho quã t xoã y thã ng vào trã khi trã chã i hoã c đang nã m ngã . Không cho trã ã trong phòng máy ã nh có nhiã t đã chênh ã ch vã t quá xa nhiã t đã trong nhà và ngoài trã i (ngay cã trã ã n) và cã n có chã đã dinh đã ng tã t cho trã . Hã n chã cho trã ăn kem hoã c uã ng nã c có đá. Khi nghi trã bã sã t cã n cã p nhiã t đã cho trã , không nên dùng tay cã a ngã i ã n sã vào trán cã a trã rã i đã đoán trã sã t hay không. Tã t nhã t là cã p nhiã t đã ã khoã miã ng cã a trã (cã n cã n thã n không đã trã làm vã cã p nhiã t đã rã t nguy hiã m vì có thã y ngãn là mã t chã t rã t đã c hã i) hoã c cã p nhiã t ã hã u môn. Khi nhiã t đã vã t quá 37,5oC cã n làm giã m thân nhiã t cho trã bã ng cách lau nã c ã m (nhiã t đã cã a nã c thã p hã n nhiã t đã cã a trã khoã ng 2 đã ) ã trán, nách, bã n và cã n cho trã uã ng nhiã u nã c. Nã c uã ng tã t nhã t là nã c cam, chanh tã i, dung đã ch orezol, tùy theo đã tuã i mà cho uã ng liã u ã ng thích hã p. Cã thã nã u dùng orezol loã i 27,5g/gói thì pha vào 1 lít nã c đã đun sôi, đã nguã i; nã u dùng loã i 5,63/gói thì pha vào 200ml nã c. Trã đã i 24 thãng tuã i cho uã ng tã 50 - 100ml/ã n; trã tã 2-10 tuã i cho uã ng tã 100-200ml/ã n, cho uã ng đã n trong ngày và trã trên 10 tuã i cho uã ng theo nhu cã u. Nã u thã y nhiã t đã cã a trã không thuyãn giã m nhã ng chã a thã đã a trã đi khã m bã nh ngay đã c thì có thã cho trã uã ng thuã c hã nhiã t loã i paracetamol theo liã u dùng trung bình là 10 - 15mg/1kg cân nã ng cã a trã /ã n, cã sau 4 giã cho uã ng 1 ã n. Tã t nhã t là dùng thuã c paracetamol loã i đã u đã n đã t vào hã u môn cho trã theo liã u ã ng: trã tã 1 - 4 thãng/tuã i dùng

80mg/lã n, trã tã 5-24 tháng/tuã i dùng 150mg/lã n và cũng sau 4 giã đã t lã i nã u thân nhiã t cã a trã chã a giã m xuã ng. Cã n theo dõi nhiã t đã cã a trã bã ng cách cã p nhiã t đã , nã u nhiã t đã vã n khõng thuyãn giã m, thã m chí cõn tãng lãn; trã mã t mã i, quã y khõc nhiã u thã m chí cõ khõ thã , mõi tím tái và cõ thã cõ rã i loã n tiẽu hoã nhã nãn, buã n nãn, tiẽu chã y thì nguy cã trã cõ thã mã c bã nh viêm đã ã ng hô hã p cã p tĩnh, cã n khã n trã ã ng cho trã ãi khã m bã nh ã cã sã y tã gã n nhiã t cãng nhanh cãng tã t và khõng nãn tã mua thuã c khãng sinh cho trã uã ng.

BS. Bũi Mai Hã ã ng