

## Cảm mạo

Gây ra ngạt mũi, chảy nước mũi, ho, đau đầu, sốt, sổ mũi, toàn thân khó chịu. Để phòng cảm mạo phong hàn cho trẻ trong mùa đông, phải luôn giữ ấm cho trẻ, cho trẻ ăn uống nóng và đầy đủ chất dinh dưỡng. Không để trẻ ra ngoài lạnh, có gió. Ban đêm đi ngủ phải chú ý cho trẻ đi tất và không nằm ngoài có gió lùa.

## Viêm mũi

Ban đầu trẻ bị ngứa mũi, hắt hơi tiếp theo là chảy nước mũi, đau mắt, đau mũi chân tay. Sốt khoảng 39°C. Ban ngày thì nằm im, ban đêm thì quấy khóc bất眠 phải bế luôn trên tay. Nếu trẻ mới sinh, mũi do bị tắc do niêm mạc mũi rất nhớt, trong khi đó trẻ lại chưa có thói quen thở bằng miệng nên rất dễ bị khó thở, trẻ quấy khóc, có hiện tượng co kéo ở thớ ngực và thở gấp dồn. Hai hạch mũi trở sưng huyết đỏ và đỏ ngời nhũ u đỏ.



Trẻ thường mắc bệnh hô hấp cấp tính mùa đông.

## Viêm V.A

Thường xảy ra ở trẻ từ 6-7 tháng đến 4 tuổi nhưng cũng có khi gặp ở trẻ lớn hơn. Trẻ bị sốt 38-39°C, cũng có thể sốt cao hơn, chảy mũi, lúc đầu chảy mũi trong, loãng, nhưng ngày sau thì ngầy ngầy, đặc. Trẻ cũng bị ngứa mũi, đau họng này đặc biệt rõ hơn khi trẻ ngủ.

Nhưng trẻ còn bú mẹ, đau họng ngứa mũi còn thuyên giảm khi trẻ bú mẹ nhưng ngưng bú thì không thể đặc nên trẻ phải pha sữa và tất nhiên là trẻ sẽ khóc. Bệnh thường kèm theo ho, nếu có biến chứng viêm phế quản, ho sẽ trở nên trầm trọng hơn.

Ngoài ra có thể thấy trẻ mất ngủ, biếng ăn, quấy khóc, ho nhiều.

Tùy mức độ bệnh cấp tính mà bác sĩ ra chỉ định như: điều trị bằng thuốc hạ sốt nếu trẻ sốt cao trên 38°C, các thuốc làm loãng đàm giảm ho, các thuốc nhỏ mũi. Ngoài ra, việc làm sạch mũi thường xuyên là rất quan trọng. Dùng kháng sinh phải do thầy thuốc chỉ định trong những trường hợp nặng, có biến chứng hoặc để ngừa biến chứng.

### **Viêm amidan**

Trẻ bị viêm amidan cấp sẽ sốt cao từ 39-40°C, đau họng, khó nuốt, chảy nước mắt, mất ngủ, biếng ăn, biếng chơi. Viêm amidan rất dễ gây biến chứng nếu không điều trị đúng.

### **Viêm họng cấp**

Là bệnh thường xảy ra vào mùa đông, gặp cả người lớn và trẻ em. Triệu chứng đầu tiên là đau họng khi nuốt, kèm theo sốt, khàn tiếng. Nguyên nhân gây bệnh là loại vi khuẩn liên cầu tan máu beta nhóm A. Bệnh có thể gây đau khớp, biến chứng đến thận bệnh thể tim trẻ em.

### **Viêm phế quản**

Có thể xảy ra một số bệnh nào, thường sau khi thay đổi thời tiết, hoặc bị viêm họng, viêm mũi... Nhiễm trùng hô hấp trên chủ yếu mũi trong, hoặc nhai vài cái, vờn chơi và ăn uống bình thường.

Nếu tình trạng này kéo dài, không đi uống thuốc đúng, trở nên nặng dần biến chứng bội nhiễm vi trùng gây viêm phổi nặng hơn rất nguy hiểm.

### **Bệnh suyễn (hen phế quản)**

Thường gặp trẻ có cơ địa dị ứng hoặc có bệnh chàm, nhiễm nấm da...

Khó thở là biểu hiện điển hình, khó thở khi thở kéo dài làm phồng cánh mũi, gây co kéo hõm ức, tiếng thở khò khè, môi tím, vã mồ hôi.

Nhiễm trùng hô hấp khó thở cấp tính cần xử trí cấp cứu kịp thời.

### **Sốt xuất huyết**

Bệnh do muỗi truyền, có thể xuất hiện quanh năm, nhưng phát triển mạnh vào mùa mưa, không khí ẩm thấp.

Bệnh hay gặp trẻ em, đặc biệt là dưới 10 tuổi. Biểu hiện của bệnh là sốt cao đột ngột và liên tục (39-40°C) trong vòng 1-6 ngày, có thể xuất hiện dấu xuất huyết điển hình thành từng đám rải rác, có thể xuất huyết niêm mạc miệng...

Để phòng tránh các bệnh trong mùa lạnh cho trẻ, các bậc cha mẹ cần chăm sóc trẻ chu đáo hơn, tránh nhiễm lạnh, giữ ấm và đặc biệt là gió lạnh khi chơi ngoài trời.

Trẻ em và sinh viên ăn uống và răng miệng cho trẻ thường xuyên để tránh nhiễm trùng. Hạn chế ăn, thói quen ngoáy mũi và bú tay của trẻ để các khạc phlegm từ đi.

Theo dõi và thực hiện theo đúng chỉ định của bác sĩ tránh để những biến chứng không đáng có xảy ra

BS. Nguyễn Ngọc Lan