

Chăm sóc trẻ tiêu chảy tại nhà

Tiêu chảy là đi ngoài phân lỏng từ 3 lần trở lên trong 24 giờ.

Khi trẻ bị tiêu chảy, các bà mẹ cần:

- ♦ **Cho trẻ uống nhiều hơn:** Cho trẻ bú mẹ nhiều hơn và lâu hơn. Cho trẻ uống Oresol (Ô- rê- zôn), nước cháo, nước cơm, nước ép quả tươi...



- ♦ **Cho trẻ ăn nhiều loại thực phẩm giàu dinh dưỡng** như thịt, cá, trứng, trái cây... Chia lượng thức ăn thành nhiều bữa nhỏ.

- ♦ **Bổ sung kẽm** càng sớm càng tốt ngay sau khi trẻ bị tiêu chảy. Không tự ý dùng thuốc kháng sinh và thuốc dừng tiêu chảy.

- ♦ **Đưa trẻ đến ngay cơ sở y tế** khi phát hiện có một trong các biểu hiện: đi ngoài nhiều hơn, phân có máu, sốt cao, rất khát...

Phát hiện các dấu hiệu nguy hiểm ở trẻ nhỏ

Cần đưa trẻ đến ngay cơ sở y tế khi trẻ có một trong các dấu hiệu sau:



Trẻ bỏ bú



Trẻ đi ngoài ra máu



Trẻ tiêu chảy và rất khát nước



Trẻ nôn nhiều



Trẻ co giật



Trẻ ngủ li bì, khó đánh thức



Trẻ thở khác thường



Trẻ sốt cao

Tiêm Chủng VÀ CHĂM SÓC TRẺ BỆNH



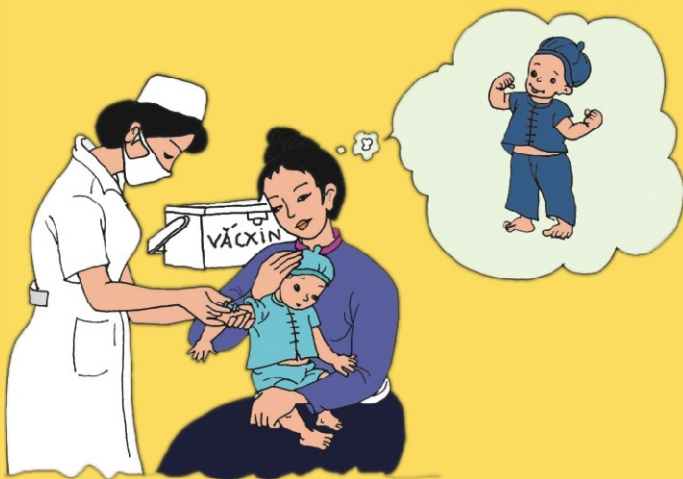
TRUNG TÂM TRUYỀN THÔNG
GDSK TRUNG ƯƠNG



Tiêm chủng phòng bệnh

- ♦ Tiêm chủng giúp trẻ chủ động phòng ngừa một số bệnh nguy hiểm như lao, bạch hầu, ho gà, uốn ván, viêm gan B...
- ♦ Trẻ không được tiêm chủng có khả năng bị bệnh, tàn tật, suy dinh dưỡng và tử vong.
- ♦ Trẻ dưới 2 tuổi cần được tiêm hoặc uống vắc xin theo đúng lịch như sau:

Tháng tuổi	Mũi tiêm/uống
Sơ sinh (càng sớm càng tốt)	Vắc xin Viêm gan B Mũi sơ sinh. Tốt nhất là 24 giờ đầu sau khi sinh. BCG (phòng lao)
2 tháng tuổi	Bạch hầu - Ho gà - Uốn ván - Viêm gan B - Hib (Vắc xin phối hợp) mũi 1. Bại liệt lần 1
3 tháng tuổi	Vắc xin phối hợp mũi 2. Bại liệt lần 2
4 tháng tuổi	Vắc xin phối hợp mũi 3. Bại liệt lần 3
9 tháng tuổi	Sởi mũi 1
18 tháng tuổi	Sởi mũi 2. Tiêm nhắc vắc xin Bạch hầu - Ho gà - Uốn ván



Chăm sóc trẻ bị ho

Khi trẻ bị ho, các bà mẹ cần:

- ♦ Cho trẻ bú mẹ và ăn nhiều thức ăn bổ dưỡng như thịt, cá, trứng, trái cây... Chia lượng thức ăn thành nhiều bữa nhỏ.
- ♦ Cho trẻ uống đủ nước. Nếu có nước ép quả tươi thì càng tốt.
- ♦ Nếu ho kèm theo sốt cao cho trẻ uống thêm Oresol.
- ♦ Giảm ho bằng thuốc nam (hoa hồng hoặc quất hấp với mật ong, lấy nước cho trẻ uống nhiều lần trong ngày). Chỉ dùng kháng sinh khi có chỉ định của thầy thuốc.
- ♦ Cần theo dõi nhịp thở của trẻ thường xuyên.



Đưa trẻ đến ngay cơ sở y tế khi có một trong những dấu hiệu:

- ♦ Trẻ thở nhanh;
- ♦ Khó thở;
- ♦ Ngực lõm khi hít vào;
- ♦ Bú kém hoặc không uống được.

Chăm sóc trẻ bị sốt

- ♦ Trẻ bị sốt khi nhiệt độ cơ thể trên 37^o5.
- ♦ Theo dõi thân nhiệt của trẻ thường xuyên 1 tiếng 1 lần.
- ♦ Khi trẻ bị sốt cao từ 38,5^oC trở lên, các bà mẹ cần làm mát trẻ bằng cách:
 - Đặt trẻ nằm chỗ thoáng mát, tránh gió lùa.
 - Cho trẻ mặc quần áo mỏng, thấm mồ hôi.
 - Lau người trẻ bằng khăn ẩm ở cánh tay, đùi, nách, bẹn. Không chườm đá vì sẽ làm trẻ sốt cao hơn.
 - Dùng Paracetamol dạng uống hoặc đặt hậu môn.
- ♦ Cho trẻ bú mẹ và ăn nhiều thức ăn bổ dưỡng. Chia lượng thức ăn thành nhiều bữa nhỏ.
- ♦ Cho trẻ uống nhiều nước (Oresol, nước ép quả tươi, nước lọc...)

