

NHIỄM KHUẨN HÔ HẤP CẤP TÍNH Ở TRẺ EM

BS Trần Anh Tuấn

Trưởng khoa Hô hấp - BV Nhi đồng 1 TP.HCM

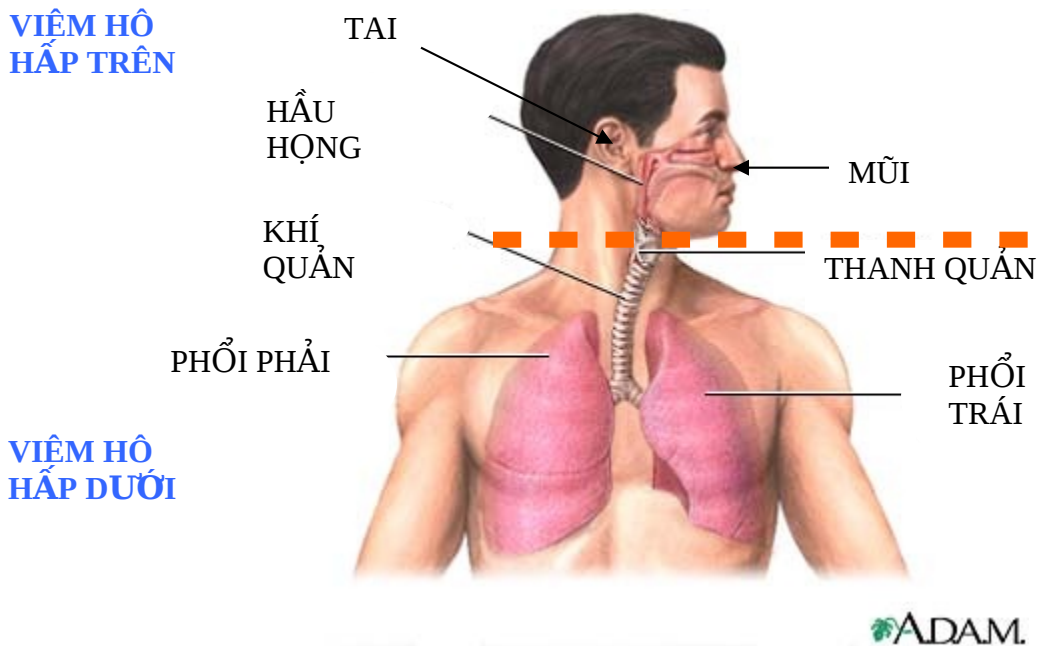
Nhiễm khuẩn hô hấp cấp tính (NKHHCT) là gì?

Là bệnh nhiễm khuẩn cấp tính của đường thở nghĩa là từ tai, mũi, họng, đường dẫn khí (thanh quản, khí quản, phế quản), cho đến phổi. Bệnh thường có biểu hiện **ho không quá 30 ngày**. Đây là bệnh phổ biến nhất, nguyên nhân nhập viện và tử vong hàng đầu ở trẻ em, nhất là trẻ **dưới 5 tuổi**. Ước tính một em bé dưới 5 tuổi có thể bị NKHHCT 5-8 lần mỗi năm.

Nếu được chăm sóc tốt, đa số trẻ sẽ tự khỏi trong vòng 10 – 14 ngày. Tuy nhiên, khoảng 20-25% trẻ bị NKHHCT sẽ diễn tiến thành **viêm phổi**, cần điều trị kháng sinh thích hợp để tránh biến chứng và tử vong. Hiện nay, viêm phổi vẫn là nguyên nhân tử vong hàng đầu ở trẻ dưới 5 tuổi tại các nước đang phát triển: ước tính có khoảng 4.300 trẻ tử vong do viêm phổi mỗi ngày, cứ mỗi 20 giây sẽ có một trẻ tử vong do viêm phổi trên toàn thế giới và 90% là ở các nước đang phát triển.

Có những loại NKHHCT nào?

ĐƯỜNG HÔ HẤP VÀ PHÂN LOẠI NKHHCT



- Có 2 loại NKHHCT:

Viêm hô hấp trên là viêm nhiễm vùng tai - mũi - họng, thường do virút, nếu chăm sóc tốt đa số trẻ sẽ tự khỏi.

Viêm hô hấp dưới bao gồm viêm tiểu phế quản, viêm phổi... Trong đó, viêm phổi (*sung phổi*) là nguyên nhân nhập viện và tử vong hàng đầu ở trẻ dưới 5 tuổi. Vì vậy trẻ cần được phát hiện sớm bệnh viêm phổi để được điều trị kịp thời, tránh biến chứng và tử vong.

Triệu chứng của NKHHCT và viêm phổi

Triệu chứng gợi ý NKHHCT là gì?

Triệu chứng thường thấy nhất là **ho dưới 30 ngày**, có thể *kèm theo sốt hoặc không*. Ngoài ra còn có thể kèm theo các triệu chứng khác như đau họng, nghẹt mũi, sổ mũi, thở khò khè...

Làm thế nào để phát hiện sớm viêm phổi?

Triệu chứng sớm nhất khi trẻ bị viêm phổi là **thở nhanh**. Để nhận biết trẻ có thở nhanh hay không, ta cần đếm nhịp thở của trẻ trong 1 phút, với đồng hồ có kim giây. Tốt nhất là chỉ đếm nhịp thở khi trẻ nằm yên không quấy, khóc.

- Trẻ dưới 2 tháng: thở nhanh khi nhịp thở từ **60 lần /phút** trở lên
- Trẻ từ 2 tháng đến dưới 12 tháng: thở nhanh khi từ **50 lần /phút** trở lên
- Trẻ từ 12 tháng đến dưới 5 tuổi: thở nhanh khi từ **40 lần /phút** trở lên

Khi thấy trẻ thở nhanh cần đưa trẻ đến cơ sở y tế để được điều trị sớm vì đây là triệu chứng sớm nhất báo hiệu là trẻ đã bị viêm phổi.

Triệu chứng của viêm phổi nặng là gì?

Đó là khi trẻ có **thở co lõm lồng ngực**, nghĩa là khi trẻ hít vào phần dưới lồng ngực sẽ bị lõm vào thay vì nở ra như bình thường. Cần cho trẻ **nhập viện** vì đây là triệu chứng cho biết trẻ đã bị viêm phổi nặng, cần điều trị tích cực để tránh biến chứng và tử vong.

Cần lưu ý là mọi trường hợp viêm phổi ở trẻ **dưới 2 tháng** đều **nặng** và đều cần phải nhập viện .

TRẺ THỞ CO LÕM LỒNG NGỰC



Cần lưu ý các dấu hiệu nguy hiểm nào để đưa trẻ đi khám ngay?

Khi có **1 trong các dấu hiệu sau** cần đưa trẻ đi cấp cứu ngay vì tính mạng trẻ đang bị đe dọa nghiêm trọng:

- Tím tái
- Bỏ bú hoặc bú kém (trẻ dưới 2 tháng tuổi), không uống được (trẻ từ 2 tháng đến 5 tuổi)
- Co giật
- Ngủ li bì, khó đánh thức
- Thở có tiếng rít
- Suy dinh dưỡng nặng.

Đặc biệt trẻ dưới 2 tháng nếu có sốt hoặc hạ nhiệt độ (*trẻ lạnh*), thở khò khè thì cũng là dấu hiệu nguy hiểm cần đưa trẻ đi khám ngay.

Chăm sóc trẻ bị ho, cảm lạnh tại nhà như thế nào?

Tiếp tục cho trẻ ăn hoặc cho bú nhiều lần hơn. Không kiêng ăn.

Cho trẻ uống đủ nước.

Giảm ho, đau họng bằng thuốc nam an toàn (tắc chưng đường, mật ong, tần dầy lá, hoa hồng bạch, nước trà loãng - ấm...)

Dùng thuốc điều trị sốt, ho, khò khè... theo hướng dẫn của thầy thuốc.

Không lạm dụng thuốc kháng sinh vì không hiệu quả, tốn kém, thậm chí có thể có tác dụng phụ hay làm cho vi trùng kháng thuốc.

Làm thông thoáng mũi giúp trẻ dễ thở, dễ bú hơn.

Chú ý phát hiện các dấu hiệu của bệnh viêm phổi hay các dấu hiệu nguy hiểm kể trên để đưa trẻ đến bệnh viện khám ngay.

Làm thế nào để phòng chống NKHHCT cho trẻ?

Nuôi dưỡng trẻ tốt, dinh dưỡng đầy đủ

Bú sữa mẹ hoàn toàn khi trẻ dưới 4 tháng tuổi và càng lâu càng tốt

Chủng ngừa cho trẻ đầy đủ

Uống Vitamin A và các nguyên tố vi lượng khác (sắt, kẽm, ...) theo hướng dẫn

Giữ cho trẻ thoáng mát khi trời nóng, ấm áp khi trời lạnh

Tránh khói thuốc lá : khói thuốc lá làm tăng nguy cơ NKHHCT và tăng nguy cơ viêm phổi, viêm tai giữa ở trẻ

Tránh nơi ô nhiễm, khói bụi. Tránh nấu bếp bằng than, củi.

Tránh cho trẻ gần gũi người đang cảm ho, tránh cho trẻ đến chỗ đông người nhất là khi đang có nhiều người cảm ho.

Rửa tay trước và sau khi chăm sóc trẻ: đây là biện pháp đơn giản, hiệu quả giúp giảm nguy cơ mắc NKHHCT và đã được chứng minh qua nhiều nghiên cứu trên thế giới.