

KHI BÉ BỊ HO

Ho là phản xạ có lợi để bảo vệ đường thở được thông thoáng, giúp trẻ hít thở dễ dàng. Vì vậy, các bậc cha mẹ không nên quá lo lắng và tìm đủ mọi cách để kìm hãm phản xạ có lợi này. Bên cạnh đó, không phải mức độ ho nhiều ít của trẻ lúc nào cũng song hành với mức độ nặng của bệnh. Thật vậy, trẻ có thể ho rất nhiều khi bị viêm hô hấp trên nhưng thường đây không phải là các trường hợp bệnh nặng. Trái lại, khi bị viêm phổi – một thể bệnh nặng thật sự – trẻ lại thường ít ho hơn. Tuy nhiên, các bậc cha mẹ thường không tránh khỏi lo lắng khi trẻ ho nhiều hay ho kéo dài. Và thật sự những trường hợp này cũng cần được thăm khám cẩn thận để xác định nguyên nhân và điều trị hiệu quả.

Khi trẻ ho, cha mẹ nên chú ý điều gì?

Vì ho là phản xạ có lợi nên các bậc cha mẹ không nên quá lo lắng và tìm đủ mọi cách để kìm hãm phản xạ có lợi này.

Cần cho trẻ uống nhiều nước – một việc tưởng chừng đơn giản nhưng mang lại hiệu quả rất lớn. Uống nước nhiều sẽ giúp trẻ dịu họng (nhờ vậy sẽ giảm ho) và đây cũng là một biện pháp giúp loãng đàm rất hiệu quả.

Có thể cho trẻ sử dụng một số thảo dược hay bài thuốc trị ho dân gian an toàn: tần dầy lá, tắc (quất) chưng đường, mật ong, gừng, nước trà ấm – loãng,...

Chỉ nên sử dụng thuốc ho khi trẻ ho quá nhiều làm trẻ khó chịu hay gây ra hậu quả xấu: trẻ đau ngực, mất ngủ, nôn ói, ...

Nếu cần sử dụng thuốc ho cần lưu ý như sau:

- Chỉ nên dùng thuốc ho phù hợp với lứa tuổi và phù hợp với tính chất ho của trẻ.
- Không nên tự ý cho trẻ dùng các loại thuốc ho dành cho người lớn do tác dụng phụ, độc tính có thể có. Thật vậy, một số loại thuốc ho mạnh, hiệu quả dùng cho người lớn có chứa dẫn xuất á phiện có thể làm trẻ nhỏ ngộ độc thậm chí tử vong.
- Khi trẻ ho có đàm không nên dùng các loại thuốc ức chế ho (thường chứa antihistamine hay dextromethorphan) mà nên dùng các thuốc giúp long đàm, giúp ho hiệu quả.
- Các loại thuốc ho chứa antihistamine (chlorpheniramine, dexchlorpheniramine, alimemazine, ...) chỉ nên dùng khi trẻ ho khan và đúng chỉ định theo lứa tuổi.

Những trường hợp cần phải đưa bé đi khám ngay tại bệnh viện:

Cần đưa đến bệnh viện khám ngay nếu trẻ có một trong những vấn đề sau:

- Trẻ bỏ bú - bú kém hoặc không uống được
- Trẻ ngủ li bì, khó đánh thức
- Trẻ co giật
- Trẻ khó thở: trẻ thở nhanh hơn bình thường, thở co lõm lồng ngực (phần dưới lồng ngực lõm vào khi trẻ hít vào thay vì nở ra như bình thường)
- Trẻ thở có tiếng rít

Những trường hợp cũng cần phải đưa bé đi bác sĩ khám :

- Ho dữ dội xuất hiện một cách đột ngột
- Ho kèm sốt cao

- Ho khạc đàm đặc, màu xanh – vàng, có mùi hôi
- Ho ra máu
- Trẻ còn ho nhiều, không giảm sau 7 ngày chăm sóc
- Ho kéo dài trên 10-14 ngày
- Ho kèm sụt cân, đổ mồ hôi về chiều
- Trẻ nhỏ hơn 3 tháng tuổi