

Tiêu đề: Hướng dẫn lập kế hoạch chăm sóc trẻ suy dinh dưỡng chi tiết nhất

Nội dung:

Suy dinh dưỡng ở trẻ em là một vấn đề nghiêm trọng gây ảnh hưởng đến sự phát triển cả về thể chất lẫn trí tuệ của trẻ. Việc lập kế hoạch chăm sóc trẻ suy dinh dưỡng giúp ba mẹ chủ động hơn trong việc theo dõi và cải thiện tình trạng sức khỏe của con một cách khoa học và hiệu quả nhất.

Bài viết được tư vấn chuyên môn bởi ThS.BS Nguyễn Anh Duy Tùng – Trung tâm Thông tin Y khoa, Bệnh viện Đa khoa Tâm Anh TP.HCM.

Suy dinh dưỡng là một trong những tình trạng sức khỏe phổ biến và đáng lo ngại ở trẻ em. Theo thống kê từ UNICEF, gần một nửa số ca tử vong ở trẻ em dưới 5 tuổi là do suy dinh dưỡng. Theo đó, tình trạng suy dinh dưỡng có thể cản trở sự phát triển về thể chất và khiến trẻ thiếu các kỹ năng vận động cũng như suy giảm trí tuệ.

Nguyên nhân khiến trẻ còi cọc, thiếu hụt dinh dưỡng thường bắt nguồn từ việc trẻ không được cung cấp đúng và đủ lượng dinh dưỡng cần thiết để hỗ trợ quá trình tăng trưởng. Đặc biệt, trẻ sinh non hoặc không được bú sữa mẹ trong 6 tháng đầu đời đều là những trường hợp có nguy cơ cao dẫn đến suy dinh dưỡng thể thấp còi cũng như dễ mắc các bệnh truyền nhiễm như viêm phổi, tiêu chảy...

Bằng cách đo chiều cao, cân nặng của trẻ hàng tháng và theo dõi sự phát triển định kỳ mỗi tháng dựa vào biểu đồ tăng trưởng sẽ giúp ba mẹ đánh giá chính xác trẻ có bị suy dinh dưỡng hay không. Khi trẻ tăng cân và tăng chiều cao theo đúng giai đoạn độ tuổi thì có nghĩa là trẻ đang khỏe mạnh và phát triển bình thường. Trong trường hợp trẻ nhiều tháng không tăng cân và thấp còi hơn so với các bạn đồng trang lứa thì đây có thể là dấu hiệu cảnh báo tình trạng suy dinh dưỡng ở trẻ mà ba mẹ cần chú ý.

Việc lập kế hoạch chăm sóc trẻ suy dinh dưỡng là vô cùng quan trọng giúp ba mẹ xác định rõ nhu cầu dinh dưỡng cụ thể của con, từ đó đảm bảo cung cấp đủ các dưỡng chất cần thiết trong chế độ ăn hàng ngày hoặc điều chỉnh chế độ ăn uống kịp thời giúp ngăn chặn tình trạng suy

dinh dưỡng và cải thiện sức khỏe toàn diện của trẻ.

Theo các chuyên gia, một đứa trẻ bình thường và phát triển khỏe mạnh sẽ tăng cân đều hàng tháng, khi trẻ không tăng cân hoặc đứng cân là dấu hiệu cho thấy trẻ có nguy cơ bị suy dinh dưỡng và cần được theo dõi cũng như có sự chăm sóc đặc biệt.

Chính vì thế, việc lập kế hoạch chăm sóc trẻ suy dinh dưỡng là vô cùng cần thiết mà ba mẹ không nên bỏ qua, nhất là khi bé có những dấu hiệu bất thường về sự phát triển thể chất và hệ tiêu hóa chẳng hạn như:

Kế hoạch chăm sóc trẻ suy dinh dưỡng cần dựa vào tình trạng dinh dưỡng và thể trạng khác nhau của từng đứa trẻ. Để tìm hiểu nguyên nhân chính xác dẫn đến suy dinh dưỡng, ba mẹ cần đưa trẻ đến gặp bác sĩ để được kiểm tra chuyên sâu cũng như tham khảo hướng dẫn của bác sĩ nhằm xây dựng kế hoạch chăm sóc trẻ đúng cách và hiệu quả nhất. (1)

Dưới đây là một số hướng dẫn chi tiết từ các chuyên gia về cách lập kế hoạch chăm sóc trẻ suy dinh dưỡng ba mẹ có thể tham khảo.

Một trong những nguyên nhân chủ yếu dẫn đến tình trạng suy dinh dưỡng ở trẻ em mà nhiều ba mẹ không chú ý, đó là vấn đề vệ sinh trong ăn uống. Khác với người lớn, hệ tiêu hóa của trẻ em vẫn còn khá non nớt, do đó khi ăn phải thức ăn ô nhiễm và không hợp vệ sinh trẻ có nguy cơ mắc phải các bệnh nhiễm trùng đường ruột, giun sán, tiêu chảy, ngộ độc thực phẩm,... Chính vì thế, ba mẹ cần quan tâm nhiều hơn đến vấn đề vệ sinh khi lựa chọn thực phẩm và chế biến thức ăn hàng ngày cho trẻ.

Theo đó, một số lưu ý trong vấn đề vệ sinh ăn uống khi ba mẹ lên kế hoạch chăm sóc trẻ suy dinh dưỡng bao gồm:

Bên cạnh các vấn đề vệ sinh ăn uống, việc vệ sinh cá nhân hàng ngày cũng cần được ba mẹ lưu ý khi chăm sóc trẻ. Tắm gội sạch sẽ, tránh để trẻ mặc quần áo bẩn cả ngày, cắt móng tay thường xuyên và không cho trẻ mút tay hay ngậm đồ chơi,...

Ba mẹ có thể dạy trẻ một vài kỹ năng vệ sinh cá nhân đơn giản như thường xuyên rửa tay sạch sẽ trước khi ăn và sau khi đi vệ sinh, đánh răng đúng cách 2 lần/ngày và giữ cơ thể sạch sẽ để phòng tránh các bệnh ngoài da.

Mặt khác, ba mẹ cũng cần tạo cho trẻ môi trường sống, vui chơi và sinh hoạt hàng ngày sạch sẽ, thoáng mát. Dọn dẹp và vệ sinh nhà cửa thường xuyên để tránh các nguồn lây nhiễm, đồng thời thu gom và xử lý rác thải hàng ngày để tránh ô nhiễm môi trường sống của trẻ.

Nguyên tắc chính của kế hoạch chăm sóc trẻ suy dinh dưỡng đó là đảm bảo cho trẻ có một chế độ ăn uống hợp lý, lành mạnh và đáp ứng đúng nhu cầu dinh dưỡng cho cơ thể từ 4 nhóm chất chính bao gồm đạm, béo, bột đường, vitamin và khoáng chất. Trong một số trường hợp không bổ sung đủ dinh dưỡng bằng cách ăn uống, ba mẹ có thể cân nhắc sử dụng một số thực phẩm chức năng phù hợp với trẻ em theo hướng dẫn của bác sĩ.

Lưu ý, không nên tự ý cho trẻ uống kháng sinh hoặc các vitamin khác khi chưa tham khảo ý kiến bác sĩ để tránh gây tác dụng ngược khi đang điều trị tình trạng suy dinh dưỡng của trẻ.

Các chuyên gia khuyến khích ba mẹ nên trang bị cho mình những kiến thức nhất định về dinh dưỡng để có cách chăm sóc hợp lý và khoa học nhất.

Bằng việc theo dõi cân nặng, chiều cao kết hợp cùng biểu đồ tăng trưởng của trẻ theo từng tháng giúp ba mẹ xác định được trẻ có đang phát triển bình thường hay không. Ngoài ra, ba mẹ có thể ghi lại sự thay đổi thể trạng của trẻ theo các mốc thời gian nhất định nhằm theo dõi sự phát triển của trẻ chi tiết hơn.

Bên cạnh việc tự theo dõi tại nhà, ba mẹ nên đưa trẻ đi kiểm tra sức khỏe định kỳ để các bác sĩ xác định chính xác lượng chất thừa hoặc thiếu trong con. Vì mỗi trẻ sẽ có sự hấp thu dinh dưỡng khác nhau, nên sau khi tìm hiểu nguyên nhân chính xác gây suy dinh dưỡng ở trẻ, ba mẹ sẽ được các chuyên gia tư vấn kỹ hơn về kế hoạch ăn uống, nghỉ ngơi cho con đảm bảo cân bằng và đầy đủ dinh dưỡng.

Trong trường hợp trẻ gặp các vấn đề về tâm lý dẫn đến chán ăn, biếng ăn và khó hấp thụ dinh dưỡng, hãy đưa trẻ đến gặp bác sĩ để được hướng dẫn khắc phục các tình trạng rối loạn ăn uống hoặc rối loạn tâm thần có ảnh hưởng đến thói quen ăn uống thường ngày của trẻ.

Mặt khác, ba mẹ nên khuyến khích trẻ tham gia các hoạt động vui chơi ngoài trời hoặc chơi các bộ môn thể thao phù hợp với độ tuổi như bơi lội, đi bộ, nhảy dây... giúp trẻ tăng cơ hội giao lưu, tiếp xúc với các bạn từ đó cải thiện tinh thần và thể chất cho trẻ hiệu quả hơn.

Trong quá trình chăm sóc trẻ bị suy dinh dưỡng, khi nhận thấy trẻ có các dấu hiệu của tình trạng thiếu chất trầm trọng, phụ huynh nên đưa trẻ đến bệnh viện để được các bác sĩ thăm khám và tư vấn điều trị đúng cách.

Theo đó, trẻ cần được điều trị tại bệnh viện khi gặp các vấn đề sau:

Để biết thêm thông tin về cách lập kế hoạch chăm sóc trẻ suy dinh dưỡng và những vấn đề sức khỏe khác của trẻ, ba mẹ có thể liên hệ đến Bệnh viện Đa khoa Tâm Anh theo thông tin:

Hy vọng những thông tin hữu ích từ bài viết có thể giúp ba mẹ có thêm kiến thức cần thiết để lập kế hoạch chăm sóc trẻ suy dinh dưỡng một cách đúng đắn và hiệu quả. Chăm sóc trẻ suy dinh dưỡng là cả một quá trình đòi hỏi sự quan tâm và nỗ lực chăm sóc đặc biệt từ gia đình cùng sự hỗ trợ từ các chuyên gia. Do đó, khi gặp bất kỳ khó khăn nào trong quá trình chăm sóc trẻ suy dinh dưỡng, ba mẹ đừng ngần ngại liên hệ đến Hotline BVĐK Tâm Anh để được các chuyên gia, bác sĩ giỏi tư vấn và hướng dẫn điều trị đúng cách.

---

Tiêu đề: 9 cách phòng chống suy dinh dưỡng trẻ em hiệu quả, cha mẹ nên biết

Nội dung:

Hầu hết trẻ em có nguy cơ cao suy dinh dưỡng từ khoảng 6 tháng tuổi cho đến khi 2-3 tuổi. Tình trạng này không chỉ gây ra những hệ lụy ngắn hạn mà còn ảnh hưởng lâu dài đến sức khỏe và tăng nguy cơ mắc các bệnh lý nghiêm trọng ở trẻ. Việc phòng chống suy dinh dưỡng trẻ em là một nhiệm vụ quan trọng và cấp thiết đối với các bậc phụ huynh. Bài viết dưới đây sẽ cung cấp những kiến thức cơ bản cùng nhiều biện pháp hữu hiệu để phòng chống suy dinh dưỡng ở trẻ em, ba mẹ đừng bỏ qua nhé!

Bài viết được tư vấn chuyên môn bởi ThS.BS Nguyễn Anh Duy Tùng – Trung tâm Thông tin Y khoa, Bệnh viện Đa khoa Tâm Anh TP.HCM.

Suy dinh dưỡng là tình trạng thiếu chất dinh dưỡng do chế độ ăn uống kém hoặc các vấn đề hấp thụ chất dinh dưỡng từ thực phẩm. Điều này gây nên những ảnh hưởng nghiêm trọng đến quá trình phát triển và tăng trưởng của trẻ em. Theo số liệu thống kê từ Tổ chức Y tế Thế giới

(WHO) năm 2022, ước tính có khoảng 149 triệu trẻ em dưới 5 tuổi bị thấp còi, trong khi có 37 triệu trẻ em thừa cân và béo phì, dẫn đến gần một nửa số ca tử vong ở trẻ em dưới 5 tuổi có liên quan đến suy dinh dưỡng. Những điều này chủ yếu xảy ra ở các nước thu nhập thấp và trung bình. (1)

Ba mẹ có thể dễ dàng nhận biết trẻ bị suy dinh dưỡng bằng cách theo dõi cân nặng hàng tháng của trẻ. Trẻ suy dinh dưỡng sẽ không tăng cân, xu hướng nhẹ cân và thấp bé hơn những đứa trẻ bình thường cùng tuổi.

Trước khi tham khảo những biện pháp phòng chống suy dinh dưỡng trẻ em, ba mẹ hãy tìm hiểu đâu là nguyên nhân gây ra tình trạng này để có cách xử lý đúng đắn nhất. Các chuyên gia cho biết một số nguyên nhân chủ yếu khiến trẻ bị suy dinh dưỡng, bao gồm:

Các biện pháp phòng chống suy dinh dưỡng cho trẻ chủ yếu là chế độ ăn uống cân bằng, lành mạnh khi mẹ bầu đang mang thai cùng các kiến thức cơ bản về dinh dưỡng ba mẹ cần trang bị khi chăm sóc con ở từng giai đoạn phù hợp. Dưới đây là một số gợi ý chi tiết về cách phòng chống suy dinh dưỡng ở trẻ em.

Chế độ dinh dưỡng trong thai kỳ đóng vai trò vô cùng quan trọng vừa giúp mẹ khỏe, tăng tiết sữa, vừa giúp em bé nhận được các dưỡng chất cần thiết để nuôi sống cơ thể. Chính vì thế, mẹ bầu cần chú ý cung cấp đầy đủ và đa dạng các dưỡng chất thiết yếu để đảm bảo thai nhi được phát triển tốt, đồng thời tránh nguy cơ suy dinh dưỡng ở trẻ sau khi sinh ra.

Theo đó, chị em nên duy trì chế độ ăn giàu dinh dưỡng bao gồm các nhóm thực phẩm cung cấp đủ protein, carbohydrate, chất béo, vitamin và khoáng chất chẳng hạn như gạo lứt, ngũ cốc, các loại thịt nạc, cá, trứng, sữa, rau củ quả và trái cây,... Bên cạnh đó, mẹ bầu cũng nên bổ sung những vi chất dinh dưỡng quan trọng như sắt, acid folic, canxi theo chỉ định của bác sĩ vừa giúp giảm nguy cơ suy dinh dưỡng vừa giúp ích cho sự phát triển não bộ của thai nhi. (2)

Ngoài ra, uống 2 – 2,5 lít nước mỗi ngày còn giúp mẹ tăng cường quá trình trao đổi chất, tăng lưu thông máu và duy trì chức năng của các cơ quan trong cơ thể.

Theo các chuyên gia, sữa mẹ là nguồn dinh dưỡng lý tưởng, dễ tiêu hóa và chứa nhiều kháng thể giúp bảo vệ trẻ khỏi các bệnh nhiễm trùng, đồng thời cung cấp đủ dưỡng chất cần thiết cho

sự phát triển cũng như phòng chống suy dinh dưỡng ở trẻ trong 6 tháng đầu đời.

Mẹ bầu nên cho trẻ bú sớm trong vòng một giờ đầu sau sinh. Việc này giúp trẻ nhận được nguồn dinh dưỡng quý giá từ sữa non, cung cấp kháng thể và nguồn dinh dưỡng tốt cho sức khỏe, trí não của trẻ. Ngoài ra, việc cho trẻ bú mẹ ngay sau sinh sẽ kích thích mẹ nhanh tiết sữa đồng thời giúp tử cung co lại nhanh hơn, tránh tình trạng băng huyết sau sinh.

Trong 6 tháng sau đó, mẹ nên duy trì cho trẻ bú sữa mẹ thường xuyên, tránh lạm dụng sữa bột hoặc cho trẻ ăn bổ sung quá sớm. Hãy con trẻ bú bất kỳ lúc nào trẻ muốn kể cả ban đêm.

Đến giai đoạn 6 tháng tuổi, đây là thời điểm trẻ có thể bắt đầu ăn dặm, mẹ nên thiết kế thực đơn đa dạng với đầy đủ 4 nhóm chất quan trọng gồm chất đạm, chất béo, chất bột đường, vitamin và khoáng chất. Lưu ý lựa chọn, chế biến đồ ăn dễ hấp thu và trang trí món ăn bắt mắt để con có hứng thú hơn với bữa ăn.

Không nên cho trẻ ăn quá trễ vì sẽ làm tăng nguy cơ chậm tăng trưởng, thậm chí khiến trẻ bị suy dinh dưỡng. Theo đó, mẹ nên tăng lượng thức ăn khi trẻ bắt đầu lớn hơn. Đặc biệt đến thời điểm từ 18-24 tháng tuổi mẹ nên cai sữa và cho trẻ ăn thức ăn giống người lớn vì lúc này bé đã mọc đủ răng và cứng cáp hơn. Từ đó bé cần được bổ sung nguồn thức ăn nhiều hơn để chuyển hóa thành năng lượng cho các hoạt động vui chơi và phát triển.

Vấn đề vệ sinh ăn uống và đảm bảo an toàn thực phẩm là một trong những yếu tố quan trọng của các biện pháp phòng chống suy dinh dưỡng ở trẻ em.

Theo Tổ chức Y tế Thế giới (WHO), việc tiếp cận đủ thực phẩm an toàn và bổ dưỡng là “chìa khóa” để duy trì sự sống và tăng cường dinh dưỡng cho cơ thể. Thực phẩm không vệ sinh chứa nhiều loại vi khuẩn, vi rút, ký sinh trùng hoặc các chất hóa học có hại có thể gây ra hơn 200 bệnh lý khác nhau cho cả người lớn và trẻ em. Đây cũng là nguyên nhân dẫn đến khoảng 420.000 ca tử vong mỗi năm vì ăn thực phẩm bị ô nhiễm. (3)

Thực phẩm không an toàn tạo ra vòng lặp của bệnh tật và suy dinh dưỡng, đặc biệt ảnh hưởng đến trẻ sơ sinh và trẻ nhỏ. Chính vì thế, ba mẹ nên lựa chọn thực phẩm tươi, rõ nguồn gốc, ưu tiên chế biến thực phẩm tại nhà và hạn chế cho trẻ dùng thức ăn ngoài hàng quán, thực phẩm chế biến sẵn, đóng hộp để đảm bảo vệ sinh.

Bên cạnh việc chăm sóc và bổ sung nguồn dinh dưỡng cần thiết, ba mẹ cũng cần chú ý quan sát đến vấn đề vệ sinh cá nhân của trẻ cũng như giữ môi trường sống sạch sẽ nhằm hạn chế khả năng bị nhiễm khuẩn hoặc lây bệnh.

Khi trẻ đã có khả năng nhận thức, ba mẹ nên dạy trẻ một vài hoạt động tự vệ sinh cá nhân phù hợp với độ tuổi. Ví dụ như không ngâm tay chân, ngâm đồ chơi, thường xuyên vệ sinh tay sạch sẽ trước khi ăn và sau khi đi vệ sinh. Đặc biệt, những kỹ năng vệ sinh cá nhân này sẽ rất cần thiết cho trẻ khi bước vào độ tuổi đi học. Bởi trường học là nơi có nguy cơ lây nhiễm bệnh rất cao, nếu trẻ biết cách vệ sinh và bảo vệ sức khỏe sẽ giúp hạn chế khả năng nhiễm bệnh từ môi trường bên ngoài.

Mặt khác, tránh để trẻ tiếp xúc với người bệnh hoặc các nguồn lây bệnh. Người lớn khi chăm sóc trẻ cũng cần vệ sinh sạch sẽ và tuân thủ những thói quen vệ sinh nhằm làm gương và khuyến khích trẻ thực hiện cùng.

Một đứa trẻ được xem là phát triển bình thường không những phải tăng cân mà còn phải tăng chiều cao đều đặn theo lứa tuổi. Khi ba mẹ theo dõi cân nặng, chiều cao của bé định kỳ hàng tháng cùng với việc sử dụng biểu đồ tăng trưởng giúp biết được chính xác trẻ có phát triển bình thường hay không. Từ đó phát hiện sớm tình trạng suy dinh dưỡng hoặc các nguy cơ nếu có và lên kế hoạch chăm sóc dinh dưỡng phù hợp cho trẻ.

Khi trẻ mắc các bệnh lý về hô hấp hay tiêu hóa, ba mẹ nên đưa trẻ đi khám và thực hiện điều trị triệt để theo chỉ định của bác sĩ. Sử dụng thuốc đúng liều lượng, đúng giờ đồng thời bổ sung men vi sinh giúp cân bằng lợi khuẩn cho hệ tiêu hóa của trẻ.

Bên cạnh đó, phụ nữ có thai nên bổ sung viên sắt và acid folic hàng ngày theo hướng dẫn của bác sĩ. Thực hiện tiêm phòng đầy đủ và bổ sung vitamin A mỗi năm giúp phòng chống suy dinh dưỡng trẻ em hiệu quả.

Một số loại giun đường ruột thường gặp như giun đũa, giun tóc, giun móc mà một trong những nguyên nhân gây ra tình trạng rối loạn tiêu hóa, đau bụng, thiếu máu và đặc biệt là suy dinh dưỡng, gầy yếu và chậm lớn ở trẻ em lứa tuổi mầm non. Điều này ảnh hưởng đến sự phát triển cả về trí tuệ lẫn tinh thần của trẻ.

Chính vì thế, ba mẹ nên chú ý đưa trẻ đi tẩy giun định kỳ 6 tháng/lần từ lúc trẻ 1 tuổi.

Duy trì thói quen tập thể dục thường xuyên từ sớm đóng vai trò quan trọng trong việc phát triển thể chất, đồng thời tăng cường trao đổi chất, cải thiện tuần hoàn máu và tăng cường hệ miễn dịch của trẻ. Điều này giúp trẻ em giảm nguy cơ mắc các bệnh thông thường và ngủ ngon hơn, thúc đẩy hệ tiêu hóa giúp em ăn uống ngon miệng hơn.

Trẻ từ 5 tới 11 tuổi được khuyến khích tham gia các hoạt động thể chất hoặc vui chơi năng động ít nhất 60 phút mỗi ngày. Ba mẹ có thể lựa chọn một vài hoạt động thể thao phù hợp với trẻ như đi bộ, chạy bộ, nhảy dây, bơi lội và một số bộ môn như bóng đá, bóng rổ, cầu lông,...

Bên cạnh việc khuyến khích, ba mẹ cũng nên đồng hành cùng con trong các hoạt động thể thao hàng ngày giúp tăng tình cảm gia đình vừa giúp trẻ có điều kiện phát triển toàn diện, đồng thời phòng chống suy dinh dưỡng trẻ em hiệu quả.

Như đã đề cập ở trên, suy dinh dưỡng là một trong những nguyên nhân gây tử vong ở khoảng 45% trẻ em dưới 5 tuổi và gây ra nhiều hệ lụy nguy hiểm như:

Theo các chuyên gia, suy dinh dưỡng ở trẻ em hoàn toàn có thể phòng ngừa và khắc phục bằng cách cải thiện chế độ ăn hàng ngày của trẻ. Ba mẹ nên đa dạng món ăn khác nhau và cân đối các dạng thức ăn. Thường xuyên thay đổi cách chế biến giúp trẻ ăn ngon miệng hơn. Lưu ý, ba mẹ chỉ nên cung cấp các dưỡng chất phù hợp với tình trạng của trẻ để tránh gây ra hiện tượng béo phì hoặc các bệnh lý thừa chất khác.

Trong trường hợp cần xác định chính xác nguyên nhân gây suy dinh dưỡng và kiểm tra thể trạng của trẻ, ba mẹ có thể tìm kiếm sự hỗ trợ tư vấn từ các bác sĩ tại khoa Nhi, BVĐK Tâm Anh để được tư vấn về chế độ dinh dưỡng giúp phòng chống suy dinh dưỡng trẻ em hiệu quả.

Khoa Nhi, Hệ thống Bệnh viện Đa khoa Tâm Anh quy tụ đội ngũ chuyên gia, bác sĩ giỏi chuyên môn, giàu kinh nghiệm trong điều trị nhiều bệnh lý Nhi khoa từ cơ bản đến chuyên sâu.

Bên cạnh đó, BVĐK Tâm Anh còn đầu tư hệ thống máy móc hiện đại, nhập khẩu từ những nước châu Âu... để phục vụ công tác chẩn đoán, điều trị bệnh hiệu quả. Dịch vụ chăm sóc sức khỏe chất lượng cao từ BVĐK Tâm Anh sẽ cho cả mẹ và bé có trải nghiệm khám bệnh tốt nhất.

Để đặt lịch thăm khám và nhận tư vấn về tình trạng suy dinh dưỡng ở trẻ em cùng các chuyên



gia Nhi khoa tại Hệ thống BVĐK Tâm Anh, mẹ vui lòng liên hệ đến:

Bằng việc thực hiện đúng các biện pháp phòng chống suy dinh dưỡng trẻ em ở trên, ba mẹ có thể giúp trẻ phát triển toàn diện và tránh được nguy cơ suy dinh dưỡng từ sớm. Nếu cần thêm thông tin hỗ trợ hoặc có bất kỳ thắc mắc nào về vấn đề dinh dưỡng của trẻ, ba mẹ đừng ngần ngại liên hệ đến Hotline BVĐK Tâm Anh để được các chuyên gia, bác sĩ Nhi khoa giải đáp sớm nhất.

---

Tiêu đề: Mụn nhọt ở tai trẻ em: Nguyên nhân, dấu hiệu và cách chữa trị

Nội dung:

Vệ sinh tai không đúng cách, chọc, ngoáy tai bằng các vật dụng cứng hoặc không đảm bảo vô trùng có thể gây tổn thương dẫn đến nhiễm trùng, tạo mụn nhọt. Vậy mụn nhọt ở tai trẻ em là gì? Cần làm gì khi trẻ nổi mụn nhọt ở tai?

Mụn nhọt ở tai trẻ em là tình trạng da trẻ bị nhiễm trùng khu trú ở ống tai ngoài, dẫn đến sự hình thành các nốt sưng đỏ có chứa mủ, thường chỉ xảy ra ở một bên tai. Mụn nhọt ở tai có thể xuất hiện ở bất kỳ trẻ nào và thường kéo dài trong vài ngày khi được điều trị kịp thời và đúng cách. Trường hợp chậm trễ trong điều trị, trẻ có thể bị nhiễm trùng lan rộng, ảnh hưởng thính giác.

Trẻ nổi mụn nhọt ở tai là do nhiễm trùng, thường gặp là vi khuẩn *Staphylococcus aureus* và *Staphylococcus aureus* kháng methicillin (MRSA). Ngoài ra, virus, nấm và một số vi sinh vật khác cũng có thể là tác nhân gây nhiễm trùng tạo mụn nhọt.

Khi tai trẻ không được vệ sinh sạch sẽ, đây sẽ là môi trường thuận lợi để vi khuẩn và các tác nhân khác sinh sôi, phát triển, gây bệnh cho trẻ, đặc biệt là khi trẻ bị tổn thương, trầy xước bề mặt da. Bên cạnh đó, có một yếu tố làm tăng nguy cơ khiến trẻ nổi mụn nhọt ở tai:

Mụn nhọt nằm ở phần ngoài của tai như vành tai, ống tai ngoài, bố mẹ có thể nhận biết qua quan sát thông thường tuy nhiên đôi khi phải soi tai mới phát hiện. Trẻ có thể kèm triệu chứng sốt, mệt mỏi, trở nên cáu gắt, đau dữ dội khi chạm vào tai, có thể kèm theo ù tai, giảm thính

lực. Cơn đau có thể lan ra vùng thái dương, gáy, cổ, gây đau đớn khi ăn nhai, há miệng khiến trẻ biếng ăn, mất ngủ. Nếu mụn nhọt ở trẻ bị vỡ, tai chảy mủ kèm máu.

Thông thường, mụn nhọt nằm ở phía ngoài sẽ không gây đau nhiều và nguy hiểm như mụn nhọt nằm sâu trong ống tai. Trẻ nổi mụn nhọt sâu trong ống tai, nếu phát hiện muộn, các triệu chứng biểu hiện ở mức độ nặng hơn khi viêm tấy nhiều và nhiễm trùng lan rộng, có thể thấy trẻ sốt cao, đau đớn dữ dội.

Để hỗ trợ cho chẩn đoán mụn nhọt ở tai trẻ em, phụ huynh nên cung cấp một số thông tin về tiền sử bệnh của trẻ, chế độ dinh dưỡng hàng ngày, cách vệ sinh tai cho trẻ, cũng như các thông tin về triệu chứng, bao gồm thời điểm xuất hiện, mức độ nghiêm trọng...

Khi soi tai, bác sĩ có thể phát hiện một nốt gờ có màu đỏ hồng, gây cảm giác đau nhức cho trẻ khi chạm vào. Nhọt lớn, sắp vỡ sẽ có đầu màu trắng hoặc vàng, không có ranh giới rõ ràng. Vùng da nổi mụn nhọt bị phù nề khiến lòng ống tai bị thu hẹp, gây khó khăn khi quan sát sâu bên trong.

Ngoài khám lâm sàng, bác sĩ có thể thực hiện một số cận lâm sàng như xét nghiệm dịch tai, sinh thiết nếu nghi ngờ khối u... để xác định nguyên nhân chính xác gây nổi mụn nhọt nhằm xây dựng phác đồ điều trị tối ưu cho trẻ.

>>> Có thể bạn chưa biết về: Nguyên nhân và dấu hiệu nổi mụn nhọt ở mông trẻ em

Tùy thuộc vào vị trí, mức độ nghiêm trọng của mụn nhọt ở tai trẻ em, bác sĩ sẽ chỉ định điều trị phù hợp. Một số trường hợp, mụn nhọt có thể biến mất khi được chăm sóc đúng cách. Phần lớn, mụn nhọt ở tai có thể tự xẹp hoặc sẽ tự vỡ sau 4 – 5 ngày; mủ, máu và ngòì sẽ thoát ra ngoài qua cửa tai, các triệu chứng biến mất.

Trẻ nổi mụn nhọt ở tai do nhiễm trùng vi khuẩn sẽ được điều trị bằng thuốc kháng sinh đặc trị. Bên cạnh đó, bác sĩ có thể chỉ định dùng thêm thuốc kháng viêm, giảm đau, hạ sốt cho trẻ.

Làm sạch dịch tiết trong tai, nhét gạc dẫn lưu mủ ra ngoài... Bố mẹ nên lựa chọn cơ sở y tế uy tín, bác sĩ có trình độ chuyên môn cao, giàu kinh nghiệm để thăm khám và điều trị mụn nhọt ở tai cho trẻ, đặc biệt khi có chỉ định chích rạch mụn nhọt ở tai.

>>> Có thể bạn chưa biết: Mụn nhọt ở đầu trẻ em là gì? Nguyên nhân và dấu hiệu bệnh

Khi phát hiện trẻ nổi mụn nhọt ở tai, hoặc có bất thường ở vùng tai, thường xuyên đau, nhức tai, điều đầu tiên là đưa trẻ đến bệnh viện để bác sĩ thăm khám và tư vấn phương pháp điều trị phù hợp. Tiếp đó, bố mẹ cần chú ý chăm sóc trẻ tại nhà đúng cách nhằm rút ngắn quá trình điều trị, ngăn ngừa biến chứng cho trẻ:

Để biết thêm thông tin về cách chăm sóc trẻ và những vấn đề về sức khỏe khác của trẻ, bạn có thể liên hệ khoa Nhi, bệnh viện đa khoa Tâm Anh theo địa chỉ:

Mụn nhọt ở tai trẻ em có thể tự lành nhưng nguy cơ tái đi tái lại cao, nhất là khi mụn nhọt bị vỡ và không được xử lý đúng cách. Vì vậy, trẻ nổi mụn nhọt cần được điều trị đúng theo phác đồ của bác sĩ, tái khám đúng hẹn để được bác sĩ đánh giá tình trạng, sức khỏe vùng tai cho trẻ.

---

Tiêu đề: Mụn nhọt ở mông trẻ em: Nguyên nhân, dấu hiệu và cách chữa trị

Nội dung:

Mông là một trong những vùng da thường xuyên nổi mụn nhọt, gây nên những triệu chứng khó chịu, ảnh hưởng đến sinh hoạt hàng ngày như ngồi, đi bộ, thậm chí nằm xuống cũng cảm thấy đau đớn. Vậy mụn nhọt ở mông trẻ em nên điều trị thế nào?

Mụn nhọt ở mông trẻ em là một dạng nhiễm trùng da, tạo thành một nốt đỏ trên da, sờ có thể chắc hoặc mềm khi hóa mủ, gây đau đớn. Mụn nhọt thường gặp vào mùa hè, có thể xuất hiện ở bất kỳ trẻ nào, kể cả trẻ khỏe mạnh. Trẻ em bị đái tháo đường hoặc suy giảm miễn dịch có nguy cơ cao hơn. Nếu trẻ có các biểu hiện nghiêm trọng như sốt, cơn đau ngày càng dữ dội, nhiễm trùng nghiêm trọng, trẻ cần được đưa đến bệnh viện để bác sĩ thăm khám và điều trị kịp thời.

Nguyên nhân mụn nhọt ở mông trẻ em là do nhiễm trùng, thường gặp là tụ cầu khuẩn *Staphylococcus aureus*. Các tác nhân này có thể bám trên da, xâm nhập vào sâu trong các lỗ chân lông hoặc các vết thương hở trên da, gây nhiễm trùng, tạo thành mụn nhọt. (1)

Bên cạnh đó, mông là vùng da thường xuyên bị ma sát, đổ nhiều mồ hôi tạo điều kiện thuận lợi để vi khuẩn, các tác nhân gây nhiễm trùng phát triển, gây mụn nhọt cho trẻ, hơn nữa rãnh liên

mông là một trong những vị trí tụ cầu vàng kí sinh trên da. Đặc biệt, khi vấn đề vệ sinh ở vùng mông không được đảm bảo, mông trẻ thường xuyên bị ẩm ướt, mặc quần áo bó sát, chất liệu thô cứng, nguy cơ nổi mụn nhọt ở mông sẽ cao hơn.

Dưới đây là một số yếu tố làm tăng nguy cơ nổi mụn nhọt ở trẻ:

Khi trẻ nổi mụn nhọt ở mông, bố mẹ có thể phát hiện sớm trong khi tắm rửa hoặc vệ sinh cho trẻ. Mới đầu, mụn nhọt xuất hiện ở dạng một sẩn nhỏ, gây cảm giác ngứa, có thể đau nhẹ ở vùng da bị nổi sẩn. Dần dần, mụn nhọt lớn hơn, gây đau nhức và sưng đỏ vùng da xung quanh. Sau đó, mụn nhọt bắt đầu mưng mủ, tạo thành một chấm trắng hoặc vàng, dễ vỡ. Lúc này, mụn nhọt có thể tự vỡ tạo vết loét. Một số mụn không vỡ, hình thành mào trên bề mặt. Số lượng nhọt có thể là một hoặc nhiều.

Một số trường hợp trẻ phát hiện mụn nhọt khi mụn nhọt đã sưng to, gây đau nhức, đặc biệt khi ngồi, mặc quần áo bó sát. Ngoài các biểu hiện trên, trẻ có thể kèm theo sốt nhẹ, mệt mỏi...

Bác sĩ có thể chẩn đoán mụn nhọt ở mông trẻ em qua khám lâm sàng và các thông tin về tiền sử của trẻ, bao gồm tiền sử bệnh, triệu chứng, cách chăm sóc, dinh dưỡng hàng ngày. Một số trường hợp, trẻ cần xét nghiệm máu hoặc xét nghiệm dịch mủ từ mụn nhọt để hỗ trợ cho quá trình chẩn đoán, xác định tác nhân cụ thể gây nhiễm trùng cũng như lựa chọn thuốc trong điều trị. (2)

>>>Tham khảo thêm: Nguyên nhân và cách điều trị mụn nhọt ở bụng trẻ em

Trẻ nổi mụn nhọt cần được điều trị đúng cách, tìm các yếu tố nguy cơ nhằm hạn chế nguy cơ tái đi tái lại. Ước tính tỷ lệ mụn nhọt xuất hiện lại trong một năm lên đến 10%.

Hầu hết trẻ nổi mụn nhọt ở mông mức độ nhẹ sẽ được bác sĩ kê thuốc và hướng dẫn chăm sóc, theo dõi tại nhà. Thuốc được sử dụng trong điều trị mụn nhọt ở mông có thể bao gồm thuốc kháng sinh, kháng viêm, giảm đau và hạ sốt.

Trong quá trình điều trị mụn nhọt bằng kháng sinh, bố mẹ tuyệt đối không được tự ý ngưng thuốc hoặc kết hợp thuốc cho trẻ. Bởi điều này có thể dẫn đến đề kháng kháng sinh, gây khó khăn trong điều trị sau này. Mụn nhọt tái lại thường xuyên.

Mụn nhọt lớn, chứa nhiều mủ, không thể tự vỡ, khó đáp ứng thuốc, trẻ có thể được chỉ định rạch

dẫn lưu nhọt. Bác sĩ thường sẽ rạch một đường trên mụn nhọt để loại bỏ dịch mủ bên trong và rửa, sau đó băng lại. Trẻ được vô cảm phù hợp trong quá trình thực hiện thủ thuật này. Phần lớn trẻ sẽ được xuất viện ngay trong ngày. Bác sĩ sẽ hướng dẫn bố mẹ chăm sóc, thay băng vết thương tại nhà hoặc cơ sở y tế tùy theo từng trường hợp cụ thể và hẹn tái khám sau đó.

\*Lưu ý: Trẻ nổi mụn nhọt ở mông nên được bác sĩ thăm khám và điều trị đúng cách. Việc tự ý điều trị bằng các toa thuốc cũ hoặc các phương pháp dân gian có thể khiến mụn nhọt trở nên tồi tệ hơn, nguy cơ biến chứng cao.

>>>Có thể bạn chưa biết: Nguyên nhân và triệu chứng mụn nhọt ở đầu trẻ em

Chăm sóc đúng cách góp phần rút ngắn quá trình điều trị mụn nhọt ở trẻ, ngăn ngừa mụn nhọt tiến triển thành áp xe gây biến chứng và đặc biệt giảm nguy cơ tái phát mụn nhọt ở trẻ em. Bởi ngay cả khi mụn nhọt đã biến mất, vi khuẩn vẫn có thể còn bám trên da và gây nhiễm trùng lại nếu có cơ hội xâm nhập vào nang lông hay các vết trầy xước trên da.

Một số lưu ý trong chăm sóc trẻ nổi mụn nhọt ở mông bố mẹ nên biết:

Để biết thêm thông tin về cách chăm sóc trẻ và những vấn đề về sức khỏe khác của trẻ, bạn có thể liên hệ tới bệnh viện theo địa chỉ:

Hy vọng với những thông tin trên, quý phụ huynh đã hiểu rõ hơn về mụn nhọt ở mông trẻ em. Việc chủ quan trong chăm sóc và điều trị mụn nhọt có thể khiến trẻ đối mặt với nhiều biến chứng như sẹo vĩnh viễn, nhiễm trùng huyết, viêm mô tế bào, viêm nhiễm sâu bên trong các cơ quan.

---

Tiêu đề: Mụn nhọt ở đầu trẻ em: Nguyên nhân, triệu chứng và cách điều trị

Nội dung:

Mụn nhọt ở đầu trẻ em khi không được chăm sóc và điều trị đúng cách có thể dẫn đến viêm loét nghiêm trọng, biến chứng viêm màng não, nhiễm trùng huyết, thậm chí gây tử vong. Vậy nguyên nhân khiến trẻ nổi mụn nhọt ở đầu là gì? Trẻ nổi mụn nhọt ở đầu phải làm sao?

Mụn nhọt ở đầu trẻ em là một dạng nhiễm trùng da ở vùng đầu của trẻ. Mụn nhỏ có thể nổi ở

những vị trí khác nhau ở vùng đầu, bao gồm da đầu và mặt. Mụn nhọt nổi ở da đầu thường vô tình phát hiện khi tắm gội cho trẻ; trẻ cảm thấy đau nhức khi chạm vào.

Thực tế, nguyên nhân gây nổi mụn nhọt ở đầu trẻ em là do nhiễm trùng, thường là nhiễm trùng vi khuẩn, đặc biệt là vi khuẩn *Staphylococcus aureus* (tụ cầu khuẩn). Một số trường hợp, nhiễm trùng gây mụn nhọt ở đầu trẻ có thể do các tác nhân khác như vi-rút, nấm. (1)

Tác nhân gây nhiễm trùng thường xâm nhập vào cơ thể và gây bệnh, nổi nhọt ở trẻ khi các yếu tố vệ sinh, chăm sóc không được đảm bảo hay khi trẻ bị suy giảm miễn dịch. Ví dụ, khi trẻ có vết thương hở, bị trầy xước ở vùng đầu, vi khuẩn gây nhiễm trùng có thể dễ dàng xâm nhập và gây nổi mụn nhọt ở đầu của trẻ.

Một số yếu tố làm tăng nguy cơ nổi mụn nhọt ở đầu trẻ em:

Môi trường sống ô nhiễm là một trong những nguyên nhân gây suy giảm miễn dịch, tăng nguy cơ mắc bệnh cho trẻ. Vi khuẩn, khói bụi có trong không khí ô nhiễm có thể bám vào da đầu, tóc gây tắc nghẽn nang lông, kích ứng da đầu dẫn đến nhiễm trùng, tạo thành mụn nhọt.

Vận động nhiều, thường xuyên đội mũ, thời tiết nóng bức sẽ khiến trẻ đổ nhiều mồ hôi ở vùng đầu. Khi không được vệ sinh thường xuyên và đúng cách, da đầu tích tụ bụi bẩn, dầu thừa và tế bào chết, tạo môi trường thuận lợi cho vi khuẩn phát triển gây mụn nhọt.

Trẻ có thể nổi mụn nhọt ở đầu do dùng các sản phẩm không phù hợp với da đầu của trẻ (dầu gội, sữa tắm, dầu dưỡng tóc...).

Tương tự như những mụn nhọt khác, mụn nhọt ở đầu trẻ em xuất hiện ở dạng một nốt mụn nhỏ, sưng đỏ (có thể có màu nâu, tím hoặc xám ở trẻ da sẫm màu). Ban đầu trẻ có thể cảm thấy ngứa nhẹ và hơi đau nhức tại vị trí nổi mụn nhọt. Sau đó, mụn nhọt nhanh chóng gia tăng kích thước, chứa nhiều chất dịch mủ bên trong.

Vùng da xung quanh mụn nhọt đau và tấy đỏ. Sau vài ngày, mụn nhọt bắt đầu gom lại, xuất hiện một chấm trắng/vàng ở giữa mụn nhọt, vùng da sưng đỏ có xu hướng thu về phía trung tâm mụn nhọt. Nổi mụn nhọt ở đầu có thể gây nên một số triệu chứng đi kèm khác như sốt, mệt mỏi...

Trẻ nổi mụn nhọt ở đầu thường không gây nguy hiểm, có thể tự thuyên giảm khi được chăm sóc

đúng cách, dinh dưỡng đầy đủ, lành mạnh và dùng thuốc theo chỉ định của bác sĩ. Nhưng nếu chủ quan trong chăm sóc và điều trị mụn nhọt ở đầu trẻ, vi khuẩn gây nhiễm trùng có thể lan rộng, xâm nhập vào sâu bên trong gây nhiễm trùng máu, viêm màng não, đe dọa tính mạng của trẻ. Vì vậy, trẻ nổi mụn nhọt ở đầu nên được đưa đến bệnh viện để được bác sĩ thăm khám và tư vấn điều trị phù hợp.

Một số trường hợp trẻ có nguy cơ gặp phải biến chứng do mụn nhọt ở đầu, cần đến bệnh viện để được hỗ trợ ngay lập tức:

Bác sĩ có thể hỏi bố mẹ một số thông tin để hỗ trợ quá trình chẩn đoán như trẻ có tiền sử bệnh thế nào? Trẻ có những triệu chứng gì? Mụn nhọt được phát hiện khi nào? Loại sản phẩm đang sử dụng để vệ sinh, chăm sóc vùng đầu cho trẻ là gì? Dinh dưỡng hàng ngày của trẻ? Bên cạnh thăm khám lâm sàng, bác sĩ có thể chỉ định một số cận lâm sàng như xét nghiệm dịch mủ bên trong mụn nhọt để xác định tác nhân gây nên tình trạng này.

Dựa vào kết quả thăm khám, bác sĩ sẽ tư vấn phương pháp điều trị, chăm sóc mụn nhọt ở đầu cho trẻ. Nếu mụn nhọt có kích thước nhỏ, không có dấu hiệu nghiêm trọng, bác sĩ sẽ hướng dẫn theo dõi và chăm sóc trẻ tại nhà đúng cách. Nhưng nếu mụn nhọt to, nguy hiểm, việc điều trị thường sẽ phức tạp hơn. (2)

Thuốc được sử dụng trong điều trị mụn nhọt ở trẻ bao gồm thuốc chống lại tác nhân gây mụn nhọt và thuốc hỗ trợ điều trị triệu chứng. Trẻ nổi mụn nhọt do nhiễm trùng vi khuẩn, thuốc kháng sinh sẽ được kê toa với liều lượng phù hợp. Trẻ sốt cao, có thể hạ sốt cho trẻ bằng Acetaminophen hoặc Ibuprofen theo chỉ định của bác sĩ.

Mụn nhọt có kích thước lớn, nguy cơ xuất hiện biến chứng, thủ thuật dẫn lưu mủ có thể được chỉ định. Phương pháp điều trị này được thực hiện nhanh chóng tại bệnh viện. Bác sĩ kê thuốc, hướng dẫn cách chăm sóc, vệ sinh cho trẻ tại nhà và hẹn ngày tái khám. Tuy nhiên, một số trẻ có thể phải ở lại bệnh viện một vài ngày để theo dõi.

\*Lưu ý:

Trẻ nổi mụn nhọt, bố mẹ không nên tự ý điều trị cho trẻ bằng các phương pháp dân gian bởi những phương pháp này có thể khiến trẻ nhiễm trùng nặng hơn, tăng nguy cơ xuất hiện biến

chứng. Tương tự, không điều trị bằng toa thuốc cũ bởi điều này có thể khiến trẻ kháng kháng sinh.

Điều trị mụn nhọt ở đầu trẻ em cần được thực hiện theo đúng phác đồ của bác sĩ nhằm ngăn ngừa biến chứng, tối ưu hiệu quả điều trị. Thuốc trị mụn nhọt cho trẻ cần sử dụng theo đúng chỉ định của bác sĩ, tuyệt đối không tự ý kết hợp hoặc ngừng thuốc khi chưa được bác sĩ đồng ý.

Trong quá trình chăm sóc trẻ sau điều trị mụn nhọt, trẻ cần được đưa trở lại bệnh viện để được bác sĩ hỗ trợ khi có dấu hiệu gặp tác dụng phụ của thuốc hoặc có các dấu hiệu như: vết mủ/mụn nhọt có dấu hiệu bị nhiễm trùng, cơn đau không thể kiểm soát bằng thuốc, sốt cao kéo dài...

Dưới đây là một số cách chăm sóc trẻ nổi mụn nhọt ở đầu giúp trẻ nhanh khỏi và ngăn ngừa các biến chứng nguy hiểm:

Để biết thêm thông tin về cách chăm sóc trẻ và những vấn đề về sức khỏe khác của trẻ, bạn có thể liên hệ tới khoa Nhi, bệnh viện đa khoa Tâm Anh theo địa chỉ:

Hy vọng với những thông tin trên, quý phụ huynh đã hiểu rõ hơn về mụn nhọt ở đầu trẻ em. Chăm sóc da đầu đúng cách, dinh dưỡng phù hợp sẽ góp phần giúp trẻ giảm nguy cơ nổi mụn nhọt ở đầu.

---

Tiêu đề: Mụn nhọt ở bụng trẻ em: Nguyên nhân, dấu hiệu và cách điều trị

Nội dung:

Nổi mụn nhọt ở bụng trẻ em không phổ biến như việc nổi mụn nhọt ở những khu vực khác trên cơ thể (mụn nhọt ở mông, nách, lưng,...). Vì vậy, nhiều bố mẹ cảm thấy hoang mang, lo lắng khi thấy trẻ nổi mụn nhọt ở bụng, dẫn đến nóng vội trong điều trị, điều trị sai cách gây nên những hậu quả nghiêm trọng cho trẻ.

Mụn nhọt ở bụng trẻ em là một dạng nhiễm trùng da ở vùng bụng, tạo thành một cục u, sưng đỏ và tích tụ nhiều dịch mủ bên dưới. Trẻ có thể nổi một hoặc nhiều mụn nhọt ở vùng bụng cùng lúc hoặc nổi mụn nhọt ở nhiều vị trí khác nhau trên cơ thể.



Nhiễm trùng là nguyên nhân của phần lớn các trường hợp nổi mụn nhọt ở bụng trẻ em, thường là nhiễm trùng do vi khuẩn *Staphylococcus aureus*. Ngoài ra, tình trạng này có thể xảy ra do nhiễm trùng liên quan đến virus, vi nấm. (1)

Một số yếu tố làm tăng nguy cơ nhiễm trùng nổi mụn nhọt ở trẻ:

Mụn nhọt ở bụng trẻ em thường bắt đầu với một nốt sưng nhỏ, đỏ trên da (có thể có màu tím hoặc nâu, xám nếu trẻ có làn da sẫm màu). Theo thời gian, nốt mụn này to dần lên, mềm, trở nên đỏ hơn, gây cảm giác nóng và đau nhức khi chạm vào. Sau đó, ở phần trung tâm mụn nhọt sẽ xuất hiện một chấm trắng hoặc vàng, cho thấy dịch mủ tích tụ bên dưới. Ngoài ra, trẻ có thể gặp một số triệu chứng toàn thân như sốt nhẹ, mệt mỏi hoặc cảm giác khó chịu chung. (2)

Hầu hết mụn nhọt ở bụng trẻ em thường không nguy hiểm, có thể tự khỏi khi được phát hiện sớm và chăm sóc đúng cách. Tuy nhiên, một số trường hợp mụn nhọt phát triển với kích thước lớn, gây đau nhức dữ dội, trẻ cần hỗ trợ tích cực từ y tế để loại bỏ mụn nhọt một cách dứt điểm. Đáng lưu ý, mụn nhọt ở bụng trẻ có thể tự vỡ ra. Lúc này, vi khuẩn tích tụ trong dịch mủ có thể lây lan đến những vị trí khác, gây nhiễm trùng, tạo mụn nhọt. Tại nốt nhọt bị vỡ nếu không được xử lý đúng cách có thể dẫn đến lở loét nghiêm trọng, hình thành lỗ rò. Ngoài ra, trẻ còn có nguy cơ nhiễm trùng máu,... nếu mụn nhọt không được chăm sóc đúng cách. Mụn nhọt biến mất có thể để lại sẹo vĩnh viễn, gây mất thẩm mỹ tại vị trí này.

Thông thường, mụn nhỏ ở bụng trẻ nhỏ sẽ được bác sĩ chẩn đoán thông qua thăm khám lâm sàng và dựa vào thông tin về tiền sử bệnh của trẻ. Từ đó, bác sĩ có thể chỉ định thực hiện một số cận lâm sàng liên quan nhằm xác định tác nhân gây bệnh cụ thể như xét nghiệm máu, xét nghiệm dịch mủ bên trong mụn nhọt,...

>>>Có thể bạn chưa biết: Nguyên nhân và dấu hiệu trẻ nổi mụn nhọt ở chân

Việc điều trị mụn nhọt ở bụng trẻ sẽ tùy thuộc vào độ tuổi, nguyên nhân và mức độ nghiêm trọng của mụn nhọt. Mục đích chung nhằm hỗ trợ cơ thể chống lại tác nhân gây mụn nhọt, giảm nhẹ các triệu chứng, đẩy nhanh quá trình hóa mủ và loại bỏ dịch mủ bên trong mụn nhọt. Các phương pháp điều trị mụn nhọt ở bụng trẻ em thường được thực hiện: (3)

Điều trị bằng thuốc là phương pháp được thực hiện ở hầu hết các trường hợp nổi mụn nhọt ở

trẻ. Các loại thuốc được chỉ định có thể bao gồm thuốc kháng sinh (nếu mụn nhọt do nhiễm trùng vi khuẩn), thuốc kháng viêm, giảm đau...

Tùy trường hợp cụ thể, bác sĩ sẽ cân nhắc lựa chọn loại thuốc, liều lượng và cách dùng phù hợp. Thuốc có thể ở dạng thuốc uống hoặc dạng kem bôi ngoài da. Bố mẹ cho trẻ dùng thuốc theo đúng chỉ định của bác sĩ nhằm đẩy nhanh quá trình lành thương, giúp trẻ nhanh khỏi mụn nhọt ở bụng.

\*Lưu ý: Khi nhận thấy trẻ có dấu hiệu bất thường hoặc tình trạng mụn nhọt không cải thiện sau khi dùng thuốc, bố mẹ cần thông báo ngay cho bác sĩ điều trị nhằm có phương án hỗ trợ phù hợp, kịp thời.

Bên cạnh điều trị bằng thuốc, mụn nhọt ở bụng có thể được điều trị bằng kỹ thuật rạch, dẫn lưu dịch mủ. Phương pháp này được thực hiện khi mụn nhọt có diễn tiến xấu, kích thước lớn gây đau nhức dữ dội, ảnh hưởng nghiêm trọng đến cuộc sống của trẻ. Bác sĩ sẽ rạch một vết cắt trên mụn nhọt ở bụng của trẻ để loại bỏ hoàn toàn dịch mủ bên trong, sau đó băng lại. Trẻ được vô cảm phù hợp trong quá trình thực hiện. Nếu nhiễm trùng nghiêm trọng, trẻ cần ở lại bệnh viện lâu hơn để bác sĩ theo dõi và có thể truyền kháng sinh qua tĩnh mạch.

Dưới đây là một số biện pháp giúp giảm nhẹ các triệu chứng khó chịu, đẩy nhanh quá trình hồi phục mụn nhọt ở bụng mà bố mẹ nên biết:

Để biết thêm thông tin về cách chăm sóc trẻ và những vấn đề về sức khỏe khác của trẻ, bạn có thể liên hệ tới khoa Nhi, bệnh viện đa khoa Tâm Anh theo địa chỉ:

Hy vọng với những thông tin trên, quý phụ huynh đã hiểu rõ hơn về mụn nhọt ở bụng trẻ em. Chăm sóc trẻ đúng cách, sạch sẽ, dinh dưỡng lành mạnh là “chìa khóa” giúp trẻ phát triển khỏe mạnh, giảm nguy cơ nổi mụn nhọt.

---

Tiêu đề: Mụn nhọt ở chân trẻ nhỏ: Nguyên nhân, dấu hiệu và cách điều trị

Nội dung:

Không nên điều trị mụn nhọt ở chân của trẻ nhỏ bằng các phương pháp dân gian như đắp lá, áp muối... bởi điều này có thể gây tổn thương, nhiễm trùng nghiêm trọng ở vùng da nổi mụn nhọt.

Vậy trẻ nổi mụn nhọt ở chân phải làm sao?

Mụn nhọt ở chân trẻ nhỏ là một dạng nhiễm trùng ở vùng da chân hoặc viêm nang lông, tạo thành nốt mụn có kích thước lớn, sưng đau và chứa dịch mủ. Mụn nhọt có thể nổi ở bất kỳ vị trí nào ở chân, thường gặp ở những vùng có nhiều lông, ma sát nhiều hoặc không được vệ sinh sạch sẽ.

Khi trẻ nổi mụn nhọt ở chân, nhiều bố mẹ cho rằng đó là do trẻ bị nóng trong người nên thường bỏ qua và điều trị bằng cách thay đổi thực đơn hàng ngày của trẻ. Tuy nhiên, nhiều nghiên cứu đã chỉ ra rằng, nguyên nhân cụ thể khiến trẻ nổi mụn nhọt ở chân là do nhiễm trùng. Vi khuẩn *Staphylococcus aureus* (tụ cầu khuẩn) là tác nhân gây nhiễm trùng thường gặp nhất. Ngoài ra, trẻ nổi mụn nhọt có thể do nhiễm trùng bởi một số loại vi khuẩn khác, virus hoặc do vi nấm. (1)

Một số yếu tố làm tăng nguy cơ nổi mụn nhọt ở chân của trẻ em:

Ban đầu, mụn nhọt ở chân có dạng một nốt mụn nhỏ, có màu đỏ hoặc trắng trên da chân. Trẻ có cảm giác ấm nóng, ngứa, châm chích, đau nhức ở vùng da nổi mụn nhọt; cơn đau nhức dữ dội hơn khi chạm vào. Sau một vài ngày, mụn nhọt ở chân sưng to hơn, có một hoặc một vài chấm màu trắng/vàng ở vùng trung tâm của mụn nhọt, chứa nhiều dịch mủ bên trong.

Mụn nhọt ở chân trẻ nhỏ thường không nguy hiểm. Nhưng trong một số trường hợp không được điều trị kịp thời và đúng cách, mụn nhọt tăng nhanh về kích thước tạo thành áp xe. Tình trạng này khiến trẻ đau nhức dữ dội, ảnh hưởng đến sinh hoạt hàng ngày, có thể gây nhiễm trùng huyết, đe dọa tính mạng.

Nếu mụn nhọt bị vỡ nhưng không được xử lý đúng cách có thể dẫn đến viêm loét nghiêm trọng. Vi khuẩn, tác nhân gây mụn nhọt có thể lây lan và gây bệnh ở những vùng da khác. Ngoài ra, nhiều trường hợp chủ quan trong điều trị mụn nhọt có thể để lại sẹo vĩnh viễn cho trẻ.

Thông thường, mụn nhọt ở chân trẻ nhỏ sẽ được bác sĩ chẩn đoán qua thăm khám lâm sàng. Bác sĩ có thể yêu cầu bố mẹ cung cấp một số thông tin để hỗ trợ quá trình chẩn đoán cho trẻ như tiền sử bệnh, các triệu chứng đã xuất hiện, thời gian phát hiện mụn nhọt ở chân của trẻ hay mụn nhọt ở những vị trí khác (nếu có).

Tùy vào tình trạng cụ thể, bác sĩ có thể chỉ định thực hiện thêm một số cận lâm sàng liên quan để đánh giá mức độ tổn thương cũng như xác định nguyên nhân nổi mụn nhọt ở trẻ như xét nghiệm dịch mủ bên trong mụn nhọt.

Tùy từng trường hợp, độ tuổi, tiền sử bệnh, nguyên nhân và mức độ nghiêm trọng của mụn nhọt, bác sĩ sẽ tư vấn điều trị phù hợp cho trẻ. Mục tiêu chung của các phương pháp điều trị mụn nhọt cho trẻ là tìm nguyên nhân gây nhiễm trùng, giảm nhẹ triệu chứng và ngăn ngừa xuất hiện biến chứng. (2)

Trẻ nổi mụn nhọt do nhiễm trùng vi khuẩn, bác sĩ sẽ kê thuốc kháng sinh với liều dùng phù hợp cho trẻ. Thuốc thường ở dạng viên uống hoặc ở dạng kem bôi tại chỗ. Một số trường hợp, trẻ có thể cần nhập viện để truyền kháng sinh qua đường tĩnh mạch. Bên cạnh đó, bác sĩ có thể kê thêm thuốc hạ sốt, giảm đau nếu trẻ có biểu hiện sốt cao, đau nhức nhiều.

Lưu ý, khi điều trị mụn nhọt bằng thuốc kháng sinh, bố mẹ cần tuân thủ theo đúng chỉ định của bác sĩ, không tự ý ngưng thuốc khi chưa được bác sĩ đồng ý. Thuốc có thể gây tác dụng phụ cho trẻ, bố mẹ cần theo dõi biểu hiện của trẻ sau dùng thuốc và cho trẻ thăm khám với bác sĩ ngay khi có bất thường.

Ở những trường hợp mụn nhọt có diễn tiến nặng, kích thước lớn, bác sĩ có thể chỉ định phẫu thuật để loại bỏ mụn nhọt cho trẻ. Bác sĩ phẫu thuật sẽ rạch một vết cắt nhỏ trên mụn nhọt, loại bỏ hoàn toàn dịch mủ bên trong.

Tùy vào mức độ nhiễm trùng, trẻ có thể cần truyền kháng sinh qua đường tĩnh mạch. Bác sĩ sẽ kê thuốc giảm đau, kháng viêm và hướng dẫn bố mẹ chăm sóc, vệ sinh vết mổ cho trẻ tại nhà. Trẻ cần được tái khám đúng hẹn để bác sĩ theo dõi, đánh giá quá trình hồi phục của trẻ cũng như phát hiện và can thiệp sớm các bất thường nếu có.

Chăm sóc trẻ nổi mụn nhọt ở chân đúng cách góp phần đẩy nhanh quá trình hồi phục da, phòng ngừa biến chứng, tăng hiệu quả điều trị. Nguyên nhân gây mụn nhọt là do nhiễm trùng, vì vậy, khi chăm sóc trẻ, bố mẹ cần đặc biệt lưu ý các vấn đề vệ sinh và ngăn ngừa sự lây lan của vi khuẩn.

Trẻ nên được tắm rửa mỗi ngày, giữ cho làn da sạch sẽ, khô thoáng, đặc biệt là ở vùng da nổi

mụn nhọt. Khi vệ sinh da cho trẻ, bố mẹ có thể sử dụng một số sản phẩm tẩy rửa dành cho trẻ nhỏ để hỗ trợ làm sạch bụi bẩn, bã nhờn và các tế bào chết trên da trẻ hiệu quả hơn. Cho trẻ mặc quần áo sạch sẽ, được làm từ chất liệu mềm, thoáng khí nhằm hạn chế ma sát cho da.

Bố mẹ dùng bông gòn sạch và dung dịch sát khuẩn để vệ sinh mụn nhọt của trẻ theo hướng dẫn của bác sĩ. Đặc biệt, bố mẹ không tự ý nặn mụn nhọt hoặc để trẻ chạm tay cạy, bóp mụn nhọt bởi điều này có thể khiến mụn nhọt bị vỡ ra, gây nhiễm trùng nghiêm trọng và có thể khiến vi khuẩn lây lan sang những vùng da khác khi không được chăm sóc đúng cách.

Ngoài ra, trẻ nổi mụn nhọt ở chân cần có chế độ ăn khoa học, lành mạnh và đủ chất; tăng cường rau xanh, vitamin và khoáng chất nhằm giúp cơ thể được bổ sung đủ dinh dưỡng và năng lượng chống lại nhiễm trùng. Hơn nữa, trẻ cần uống đủ nước mỗi ngày, có thể cho trẻ uống các loại nước ép trái cây tươi giàu vitamin C để tăng đề kháng.

Để biết thêm thông tin về cách chăm sóc trẻ và những vấn đề về sức khỏe khác của trẻ, bạn có thể liên hệ tới chuyên khoa Nhi, bệnh viện đa khoa Tâm Anh theo địa chỉ:

Hy vọng với những thông tin trên, quý phụ huynh đã hiểu rõ hơn về mụn nhọt ở chân trẻ nhỏ. Khi phát hiện trẻ nổi mụn nhọt ở chân, bố mẹ nên đưa trẻ đến bệnh viện để được bác sĩ thăm khám và tư vấn điều trị phù hợp.

---

Tiêu đề: 5 bài test trẻ chậm phát triển được các chuyên gia khuyên dùng

Nội dung:

Test trẻ chậm phát triển giúp bố mẹ theo sát được sự phát triển của trẻ; từ đó có điều chỉnh, hỗ trợ phù hợp, tạo điều kiện cho trẻ phát triển một cách tối ưu nhất. Vậy trẻ chậm phát triển cần test những kỹ năng gì?

Trẻ chậm phát triển là thuật ngữ chỉ tình trạng trẻ không đạt được các mốc phát triển kỹ năng so với lứa tuổi. Các kỹ năng này bao gồm: ngôn ngữ, vận động, thị lực, trí tuệ, năng lực xã hội và cảm xúc. Trẻ có thể chậm phát triển ở một hoặc nhiều kỹ năng. Khi trẻ bị chậm phát triển hai kỹ năng trở lên, tình trạng này được gọi là trẻ chậm phát triển toàn diện.

Lưu ý, tốc độ phát triển của mỗi trẻ là khác nhau. Do đó, nếu trẻ chỉ đạt các mốc phát triển chậm hơn một chút so với bạn bè đồng trang lứa, điều này không khẳng định là trẻ bị chậm phát triển.

Hiện nay, tình trạng chậm phát triển ở trẻ em không phải hiếm gặp. Một thống kê cho thấy, có khoảng 10 – 15% trẻ mẫu giáo được đánh giá chậm phát triển; trong đó, có khoảng 1 – 3% trẻ chậm phát triển toàn diện. Trẻ chậm phát triển có thể được phát hiện khi thăm khám sức khỏe định kỳ và quan sát các biểu hiện của trẻ trong chăm sóc hàng ngày. (1)

Test trẻ chậm phát triển là một quá trình kiểm tra toàn diện, thăm khám tổng quát toàn thân bao gồm lập biểu đồ phân vị tăng trưởng, kiểm tra thính giác, thị lực, tâm lý, kiểm tra khả năng ngôn ngữ, học tập, vận động, suy nghĩ và cảm xúc. Bên cạnh đó, có thể thực hiện một số cận lâm sàng nếu cần thiết để xác định căn nguyên gây chậm phát triển ở trẻ như xét nghiệm di truyền, xét nghiệm máu, sàng lọc chuyển hóa, chẩn đoán hình ảnh (X-quang, MRI, CT)...

Thông qua kết quả kiểm tra, bác sĩ sẽ đánh giá sự phát triển của trẻ; từ đó có phương pháp hỗ trợ phát triển phù hợp. Nếu trẻ chậm phát triển mức độ nhẹ, chưa có dấu hiệu cảnh báo rõ ràng, bác sĩ thường sẽ hướng dẫn chăm sóc phù hợp, yêu cầu theo dõi và đưa trẻ tái khám sau khoảng 3 tháng.

Test trẻ chậm phát triển cần có sự phối hợp chặt chẽ giữa bố mẹ và các chuyên gia, bác sĩ. Bố mẹ đóng vai trò đặc biệt quan trọng trong chẩn đoán chậm phát triển của trẻ, là người hiểu và biết rõ được những biểu hiện, hoạt động và phản xạ hàng ngày của trẻ. Đây chính là nguồn thông tin quan trọng góp phần giúp bác sĩ chẩn đoán, đánh giá sự phát triển của trẻ một cách chính xác và nhanh chóng hơn.

Theo khuyến nghị của Viện Hàn lâm Nhi khoa Mỹ (AAP), tất cả trẻ em nên được test chậm phát triển khi thăm khám sức khỏe định kỳ lúc 9 tháng tuổi, 18 tháng tuổi và 30 tháng tuổi. Trẻ 18 tháng tuổi và 24 tháng tuổi nên được sàng lọc rối loạn phổ tự kỷ. (2)

Test trẻ chậm phát triển, bác sĩ sẽ kiểm tra về cả 5 kỹ năng của trẻ:

Kỹ năng nhận thức (kỹ năng tư duy) là một kỹ năng quan trọng đối với sự phát triển trí tuệ của trẻ, bao gồm khả năng sắp xếp, xử lý và hệ thống thông tin, sáng tạo, học hỏi và giải quyết vấn

để có chủ định, linh hoạt và tối ưu. Nếu kỹ năng nhận thức phát triển tốt, trẻ sẽ có nền tảng vững chắc để học tập và thích nghi với môi trường xung quanh.

Kỹ năng xã hội và tình cảm giúp trẻ xây dựng, kết nối và duy trì các mối quan hệ xã hội, bạn bè, gia đình... Kỹ năng xã hội và tình cảm tốt, trẻ có thể truyền đạt ý tưởng, chia sẻ suy nghĩ, cảm xúc của mình với những người xung quanh một cách rõ ràng. Đồng thời, trẻ có thể dễ dàng hiểu, cảm thông và phản ứng phù hợp với cảm xúc của những người xung quanh, bối cảnh.

Lời nói và ngôn ngữ giữ vai trò then chốt trong sự phát triển toàn diện của trẻ, giúp trẻ diễn đạt được suy nghĩ của bản thân và hiểu được lời nói của người khác; từ đó tăng khả năng tư duy, xây dựng và cải thiện các mối quan hệ xã hội. Kỹ năng này bao gồm việc phát âm chính xác, từ vựng phong phú, hiểu được ý nghĩa của ngôn từ và ngữ cảnh, sử dụng ngôn ngữ một cách linh hoạt và phù hợp với từng tình huống.

Để đánh giá trẻ chậm phát triển kỹ năng vận động hay không, các chuyên gia thường sử dụng các bài kiểm tra và quan sát dựa trên các mốc phát triển. Kỹ năng vận động bao gồm vận động thô và vận động tinh. Vận động thô liên quan đến việc sử dụng các nhóm cơ lớn để thực hiện các hoạt động như đi, chạy, nhảy hay leo trèo. Vận động tinh đòi hỏi sự phối hợp của các cơ nhỏ hơn như khi viết, vẽ hay cài nút áo.

Kỹ năng vận động giúp trẻ khám phá và tương tác hiệu quả với môi trường xung quanh, từ việc nắm bắt những đồ vật nhỏ đến việc tham gia các hoạt động thể chất phức tạp hơn. Điều này không chỉ giúp trẻ tăng cường sức khỏe thể chất mà còn hỗ trợ quá trình học tập và phát triển nhận thức.

Sự phát triển của kỹ năng hoạt động hàng ngày cho thấy tính độc lập và tự chủ của trẻ. Kỹ năng này bao gồm việc trẻ có thể tự chăm sóc bản thân thông qua các hoạt động cá nhân cơ bản như tự ăn uống, vệ sinh cá nhân, mặc quần áo và duy trì nề nếp sinh hoạt. Bên cạnh đó, trẻ còn có khả năng quản lý thời gian, sắp xếp công việc và thực hiện các nhiệm vụ được giao.

Sự phát triển của trẻ có thể bị ảnh hưởng bởi nhiều yếu tố như bất thường di truyền, dinh dưỡng cho trẻ trong 1000 ngày đầu đời, cách chăm sóc thai kỳ, thể trạng sức khỏe của thai phụ và trẻ, biến chứng khi sinh, cách chăm sóc trẻ không phù hợp... Dưới đây là một số nguyên nhân

thường gặp gây chậm phát triển ở trẻ.

Trẻ chậm phát triển nếu được phát hiện sớm và hỗ trợ phù hợp, tốc độ phát triển của trẻ sẽ được cải thiện, thậm chí có thể bắt kịp những trẻ khác nếu chậm phát triển mức độ nhẹ. Một số biện pháp giúp cải thiện tình trạng chậm phát triển ở trẻ:

Xây dựng môi trường sống phù hợp và lý tưởng sẽ giúp trẻ phát triển thuận lợi, toàn diện. Bố mẹ nên tạo không gian sống thoải mái, an toàn, có đủ khu vui chơi, học tập và nghỉ ngơi nhằm kích thích sự tò mò, khám phá, sáng tạo, học hỏi cũng như rèn luyện sự ngăn nắp, tính kỷ luật cho trẻ. Đồ chơi, sách vở và công cụ học tập phải phù hợp với từng giai đoạn phát triển của trẻ. Bên cạnh đó, bố mẹ nên tạo cơ hội cho trẻ tham gia vào các hoạt động ngoài trời, khuyến khích trẻ tự khám phá và giải quyết vấn đề.

Tham gia các hoạt động vui chơi, hoạt động nhóm, sinh hoạt câu lạc bộ... giúp trẻ được va chạm nhiều hơn, từ đó tích lũy thêm nhiều trải nghiệm, cải thiện các kỹ năng. Đồng thời, việc tạo cơ hội cho trẻ tương tác với người lớn tuổi, bạn bè đồng trang lứa và trẻ nhỏ hơn sẽ giúp trẻ học hỏi cách ứng xử phù hợp trong nhiều tình huống khác nhau. Qua đó, trẻ không chỉ phát triển về mặt trí tuệ mà còn trưởng thành về mặt cảm xúc và kỹ năng sống.

Được bố mẹ, người thân đồng hành, hỗ trợ và thường xuyên động viên, khen thưởng sẽ giúp trẻ cảm thấy thích thú và cố gắng hơn. Hơn nữa, điều này còn giúp gắn kết tình cảm giữa bố mẹ với trẻ, giúp trẻ cởi mở hơn, dễ dàng chia sẻ, tâm sự những câu chuyện hàng ngày của trẻ; từ đó, phát triển kỹ năng giao tiếp và tư duy của trẻ.

Trẻ chậm phát triển cần được thăm khám với bác sĩ chuyên khoa, từ đó xây dựng lộ trình điều trị, hỗ trợ cải thiện phát triển phù hợp và tối ưu nhất. Một số điều trị cần được thực hiện với các chuyên gia, bác sĩ như: Bác sĩ nhi khoa, nhà vật lý trị liệu, ngôn ngữ trị liệu, can thiệp hành vi, dinh dưỡng ...

Nếu nghi ngờ trẻ chậm phát triển, bố mẹ có thể đưa trẻ đến Bệnh viện Đa khoa Tâm Anh để được các chuyên gia, bác sĩ thăm khám, tư vấn điều trị phù hợp. Hệ thống phòng khám tại BVĐK Tâm Anh được đầu tư trang thiết bị đầy đủ, hiện đại, quy tụ đội ngũ y bác sĩ hàng đầu trong các lĩnh vực y khoa.



Đặc biệt, với lợi thế là bệnh viện đa khoa chuyên sâu, việc thăm khám sức khỏe cho trẻ chậm phát triển sẽ có sự phối hợp chặt chẽ từ các bác sĩ đến từ các chuyên khoa liên quan nhằm mang đến hiệu quả điều trị tốt nhất cho trẻ như chuyên khoa Nhi, Tâm Lý, Nội thần kinh, dinh dưỡng Phục hồi chức năng... Do đó, bố mẹ có thể yên tâm khi đưa trẻ đến thăm khám tại BVĐK Tâm Anh.

Để biết thêm thông tin về cách chăm sóc trẻ và những vấn đề về sức khỏe khác của trẻ, bạn có thể liên hệ tới Chuyên khoa Nhi, bệnh viện đa khoa Tâm Anh theo địa chỉ:

Chậm phát triển ở trẻ em có thể xảy ra ở nhiều mức độ khác nhau, từ nhẹ đến nặng. Test trẻ chậm phát triển giúp bác sĩ, các chuyên gia và bố mẹ nắm được tình trạng sức khỏe, phát triển của trẻ; từ đó có phương hướng điều trị, hỗ trợ phù hợp.

---

Tiêu đề: 2 cách chữa mụn nhọt ở trẻ em hiệu quả cha mẹ cần xử lý ngay

Nội dung:

Mụn nhọt gây đau, khó chịu, có thể dẫn đến biến chứng hoặc để lại sẹo nếu không được điều trị đúng cách, kịp thời. Nắm được cách chữa mụn nhọt ở trẻ em đúng cách sẽ giúp trẻ rút ngắn thời gian hồi phục, ngăn ngừa biến chứng nguy hiểm.

Mụn nhọt ở trẻ em là tình trạng nhiễm trùng vùng nang lông với biểu hiện nốt viêm đỏ, mụn mủ trên da. Tác nhân thường gặp là vi khuẩn *Staphylococcus aureus* (tụ cầu khuẩn). Một số trường hợp có thể hình thành do sự xâm nhập của virus, ký sinh trùng,...) nhưng không phổ biến. Tác nhân gây nhiễm trùng có thể xâm nhập vào những vết thương hở, trầy xước hoặc khu vực xung quanh nang lông tạo thành mụn nhọt. (1)

Yếu tố thuận lợi, cơ địa phát triển mụn nhọt bao gồm: người có bệnh lý đái tháo đường, béo phì, tình trạng suy giảm miễn dịch, vệ sinh kém,...

Trẻ có thể bị nổi mụn nhọt ở bất kỳ vị trí nào trên cơ thể nhưng thường gặp ở vị trí ở những vùng hay cọ xát, tì đè.

Sang thương mụn nhọt thường bắt đầu quanh nang lông với biểu hiện một nốt viêm đỏ, đau,

tiến triển lan rộng và trung tâm có mụn mủ trắng đục. Dịch mủ trong mụn nhọt là kết quả khi cơ thể chống lại nhiễm trùng, gồm vi khuẩn, tế bào bạch hầu chống lại vi khuẩn và các tế bào, mô chết. Một số trường hợp nặng có thể kèm triệu chứng toàn thân như: sốt, nổi hạch vùng cần đến khám bác sĩ ngay.

Khi phát hiện trẻ nổi mụn nhọt, bố mẹ nên đưa trẻ đến bệnh viện để được bác sĩ chẩn đoán và chăm sóc đúng cách. Mụn nhọt được bác sĩ chẩn đoán chủ yếu dựa trên thăm khám lâm sàng. Một số trường hợp nhiễm trùng nặng bác sĩ có thể chỉ định thêm một số xét nghiệm khác như: công thức máu, siêu âm mô mềm, nuôi cấy vi khuẩn dịch mụn nhọt để hỗ trợ chẩn đoán và điều trị.

Mụn nhọt ở trẻ em nếu không được chăm sóc và điều trị đúng cách, kịp thời có thể diễn tiến đến nhiễm khuẩn huyết, sốc nhiễm khuẩn,...đe dọa tính mạng. Dựa vào mức độ nặng của mụn nhọt, thăm khám lâm sàng mà bác sĩ lựa chọn cách chữa mụn nhọt ở trẻ em bằng thuốc hoặc cần kết hợp với rạch dẫn lưu:

Dựa vào tác nhân gây bệnh, lứa tuổi, cân nặng mà bác sĩ lựa chọn với liều dùng và thời gian phù hợp. Một số thuốc thường được dùng trong điều trị mụn nhọt ở trẻ em gồm: thuốc kháng sinh, thuốc kháng viêm, thuốc giảm đau và một số thuốc hỗ trợ điều trị triệu chứng khác. Thuốc có thể được sử dụng qua đường uống hoặc kết hợp gel bôi tại chỗ. Các trường hợp bệnh diễn tiến nặng cần sử dụng thuốc đường truyền.

Bác sĩ có thể chỉ định cách chữa mụn nhọt ở trẻ em bằng phương pháp rạch dẫn lưu dịch mủ nếu mụn nhọt có kích thước lớn, dọa vỡ, gây đau, khó khăn trong sinh hoạt và có nguy cơ gây biến chứng. Thủ thuật cần được thực hiện tại bệnh viện bởi bác sĩ để đảm bảo an toàn và vô khuẩn. Bệnh nhân sẽ được tiêm thuốc tê tại sang thương. Sau đó, rạch một vết cắt nhỏ trên mụn nhọt để loại bỏ hoàn toàn dịch mủ bên trong và dùng gạc băng lại.

Phần lớn trẻ có thể được về nhà ngay trong ngày. Bác sĩ sẽ kê toa thuốc giảm đau, kháng sinh, kháng viêm và hướng dẫn bố mẹ chăm sóc vết mổ thương cho trẻ tại nhà. Trẻ cần tái khám theo lịch hẹn của bác sĩ hoặc khám ngay khi có dấu hiệu bất thường.

Trẻ nổi mụn nhọt nhỏ, không có dấu hiệu xuất hiện biến chứng, thường sẽ được bác sĩ hướng

dẫn theo dõi, chăm sóc và điều trị tại nhà. Để rút ngắn thời gian bị mụn nhọt ở trẻ, bố mẹ nên lưu ý một số vấn đề dưới đây:

Mụn nhọt ở trẻ em có thể khỏi sau 1-2 tuần khi được chăm sóc đúng cách. Trường hợp mụn nhọt gia tăng kích thước nhanh chóng kèm các dấu hiệu đau nhức nhiều, dấu hiệu nhiễm trùng toàn thân (sốt, lừ đừ, chán ăn, bỏ bú,...), nổi hạch ngoại biên,... bố mẹ cần đưa trẻ trở lại bệnh viện để bác sĩ hỗ trợ kịp thời. (2)

Để giảm nguy cơ nổi mụn nhọt ở trẻ, trẻ cần được chăm sóc đúng cách, đảm bảo vệ sinh và có đề kháng, miễn dịch tốt. Một số biện pháp phòng ngừa mụn nhọt ở trẻ em hiệu quả, bố mẹ nên biết:

Để biết thêm thông tin về cách chăm sóc trẻ và những vấn đề về sức khỏe khác của trẻ, bạn có thể liên hệ tới chuyên khoa Nhi, bệnh viện đa khoa Tâm Anh theo địa chỉ:

Hy vọng với những thông tin trên, quý phụ huynh đã hiểu rõ hơn về mụn nhọt và cách chữa mụn nhọt ở trẻ em. Mụn nhọt thường không gây nguy hiểm, tuy nhiên bố mẹ tuyệt đối không được chủ quan khi trẻ nổi mụn nhọt, cần đưa trẻ đến bệnh viện để được bác sĩ thăm khám và hướng dẫn điều trị đúng cách.

---

Tiêu đề: Mụn nhọt ở trẻ em: Nguyên nhân, triệu chứng và cách phòng ngừa

Nội dung:

Phần lớn mụn nhọt ở trẻ có thể tự khỏi sau vài ngày nhưng nhiều trường hợp mụn nhọt kéo dài, không chăm sóc đúng cách có thể dẫn đến biến chứng nguy hiểm, đe dọa tính mạng của trẻ. Vậy mụn nhọt ở trẻ em là gì? Cần làm gì khi trẻ nổi mụn nhọt?

Mụn nhọt ở trẻ em là một dạng nhiễm trùng da do vi khuẩn gây ra, có thể xảy ra ở bất kỳ trẻ nào. Tình trạng này có thể kéo dài nhiều ngày, gây sưng, đau đớn và khó chịu cho trẻ. Mụn nhọt có thể xuất hiện ở bất kỳ vị trí nào trên cơ thể, phổ biến hơn ở những vùng da ẩm ướt, tiết nhiều mồ hôi như nách, bẹn và sau gáy. Đôi khi, mụn nhọt có thể xuất hiện ở hạch bạch huyết vùng nách, bẹn hoặc cổ.

Một số vị trí có thể xuất hiện mụn nhọt ở trẻ em, bố mẹ nên lưu ý:

Khi trẻ nổi mụn nhọt, nhiều bố mẹ sẽ cho rằng trẻ đang bị nóng trong người. Tuy nhiên, phần lớn trẻ bị nổi mụn nhọt là do sự xâm nhập vào nang lông của một số chủng vi khuẩn có hại dẫn đến nhiễm trùng nang lông (viêm nang lông). Có nhiều loại vi khuẩn có thể gây mụn nhọt; trong đó, thường gặp nhất là vi khuẩn *Staphylococcus aureus* kháng methicillin (MRSA). (1)

Bên cạnh đó, sự hình thành mụn nhọt ở trẻ em có thể liên quan đến nhiều yếu tố khác như:

Ban đầu, mụn nhọt xuất hiện ở dạng một vết sưng nhỏ, màu đỏ (có thể có màu nâu, tím hoặc xám nếu trẻ có da sẫm màu), nổi lên trên bề mặt da, có thể gây ngứa hoặc đau. Sau đó mụn nhọt sưng to dần, đỏ và có xu hướng lan rộng, chứa đầy mủ bên trong. Tại vị trí trung tâm của mụn nhọt có xuất hiện một đầu (chấm) màu trắng hoặc màu vàng. (2)

Ngoài ra, có thể kèm theo một số triệu chứng toàn thân như:

Mụn nhọt ở trẻ em thường không nguy hiểm có thể biến mất sau vài ngày nếu được chăm sóc và chữa trị đúng cách. Tuy nhiên, bố mẹ cần lưu ý khi trẻ nổi mụn nhọt ở vùng da quanh miệng như hai bên mép, cằm... hay vùng hàm mặt. Một số trường hợp chủ quan trong điều trị mụn nhọt ở trẻ có thể khiến trẻ gặp phải biến chứng nguy hiểm như viêm màng não, nhiễm trùng máu... thậm chí tử vong.

Bác sĩ có thể chẩn đoán nhanh chóng tình trạng mụn nhọt ở trẻ thông qua thăm khám da lâm sàng. Tuy nhiên, nếu trẻ không đáp ứng với phương pháp điều trị tiêu chuẩn, trẻ có thể cần xét nghiệm dịch mủ nhằm xác định chính xác vi khuẩn gây mụn nhọt; từ đó chỉ định kháng sinh đặc hiệu. (3)

Tùy vào từng tình trạng cụ thể, độ tuổi, mức độ nghiêm trọng của mụn nhọt và vị trí xuất hiện mụn nhọt, bác sĩ sẽ lựa chọn phương pháp điều trị phù hợp cho trẻ. Một số phương pháp thường được sử dụng trong điều trị mụn nhọt ở trẻ em: (4)

Khi có bằng chứng cho thấy nguyên nhân gây mụn nhọt ở trẻ là do vi khuẩn, bác sĩ sẽ kê thuốc kháng sinh đường uống để điều trị. Lưu ý, liệu pháp điều trị bằng kháng sinh cần được thực hiện theo đúng chỉ định của bác sĩ. Bố mẹ cần cho trẻ uống đúng liều lượng, loại thuốc mà bác sĩ chỉ định; tuyệt đối không được tự ý kết hợp thuốc, ngưng thuốc khi chưa có sự đồng ý của bác sĩ.

Việc tự ý thay đổi phác đồ thuốc có thể gây biến chứng kháng kháng sinh, khiến việc điều trị trở nên khó khăn và kéo dài hơn.

Một số trường hợp, trẻ có thể được chỉ định truyền kháng sinh qua đường tĩnh mạch hoặc thuốc kháng sinh dạng thuốc mỡ, dùng để bôi lên vùng da bị nổi mụn nhọt.

Nếu mụn nhọt có kích thước lớn, hình thành nên áp xe, bác sĩ có thể sẽ chỉ định phẫu thuật hoặc dẫn lưu mủ. Trẻ được gây mê toàn thân trong suốt quá trình thực hiện. Bác sĩ phẫu thuật sẽ rạch một đường nhỏ trên áp xe và lấy sạch mủ ra. Quá trình phẫu thuật được thực hiện tại bệnh viện bởi bác sĩ có trình độ chuyên môn cao. Trẻ có thể xuất viện ngay sau phẫu thuật. Bố mẹ chăm sóc vết mổ đúng cách, cho trẻ uống thuốc giảm đau, kháng sinh đúng chỉ định và đưa trẻ đến bệnh viện tái khám đúng hẹn.

Hầu hết trẻ nổi mụn nhọt nhẹ sẽ được bác sĩ hướng dẫn chăm sóc và điều trị tại nhà. Việc điều trị tại nhà tập trung vào chăm sóc trẻ đúng cách, đảm bảo vệ sinh nhằm ngăn ngừa biến chứng, giảm nhẹ cảm giác khó chịu gây ra bởi mụn nhọt.

Để trẻ cảm thấy dễ chịu hơn, bố mẹ có thể cho trẻ ngâm vùng da có nổi mụn nhọt trong bồn tắm chứa nước ấm (trừ trường hợp mụn nhọt nổi trên mặt) hoặc dùng khăn thấm nước ấm, vắt khô rồi chườm lên mụn nhọt trong khoảng 15 – 20 phút để giúp giảm sưng và giảm đau. Lưu ý, đảm bảo vệ sinh khăn sạch sẽ, phơi khô dưới ánh nắng mặt trời sau mỗi lần sử dụng để ngăn chặn sự lây lan, sinh sôi của vi khuẩn.

Trẻ em rất tò mò, vì vậy cần đặc biệt quan sát và khuyên ngăn trẻ không nặn hoặc chọc vào mụn nhọt. Cắt móng tay cho trẻ nhằm ngăn ngừa trẻ cạy hoặc gãi khiến mụn nhọt bị vỡ, trầy xước. Nếu mụn nhọt bị vỡ, bố mẹ nên dùng bông gòn sạch thấm dung dịch sát khuẩn để lau sạch mủ và máu chảy ra. Quan sát diễn tiến của vết loét do vỡ mụn nhọt và thông báo ngay cho bác sĩ điều trị khi mụn nhọt xuất hiện bất thường.

Chăm sóc trẻ đúng cách, dinh dưỡng hợp lý, tăng đề kháng và giữ cho làn da của trẻ sạch sẽ, khô ráo là cách tốt nhất để tránh trẻ nổi mụn nhọt. Dưới đây là một số cách phòng ngừa mụn nhọt ở trẻ em hiệu quả bố mẹ nên biết:

Giữ vệ sinh cá nhân và môi trường xung quanh trẻ sạch sẽ đóng vai trò quan trọng trong việc

ngăn ngừa sự hình thành mụn nhọt. Bố mẹ nên tạo cho trẻ không gian sống sạch sẽ, thông thoáng, có đầy đủ ánh sáng tự nhiên; thường xuyên giặt giũ chăn gối, ga giường, khăn tắm cho trẻ để loại bỏ, ngăn ngừa sự phát triển của vi khuẩn và ẩm mốc. Quần áo cho trẻ nên ưu tiên lựa chọn những sản phẩm được làm từ chất liệu thoáng mát, có khả năng thấm hút tốt.

Trẻ nên được tắm rửa đúng cách, thường xuyên. Bố mẹ có thể dùng thêm một số loại sữa tắm dành cho trẻ em để hỗ trợ loại bỏ vi khuẩn, cặn bẩn và tế bào chết trên da trẻ. Trẻ em cần được giữ tay chân sạch sẽ, cắt móng tay thường xuyên để giảm nguy cơ tổn thương da dẫn đến nhiễm khuẩn khi trẻ gãi. Nếu trẻ có các vết thương nhỏ do trầy xước, đứt tay, bố mẹ cần xử lý đúng cách và kịp thời để ngăn ngừa nhiễm trùng, hình thành mụn nhọt.

Chế độ dinh dưỡng lành mạnh, đáp ứng đủ nhu cầu phát triển của trẻ sẽ giúp trẻ có đề kháng và miễn dịch tốt hơn, giảm nguy cơ nhiễm khuẩn gây mụn nhọt. Ở trẻ nhũ nhi dưới 6 tháng tuổi, sữa mẹ là nguồn dinh dưỡng lý tưởng nhất để trẻ phát triển và tăng đề kháng.

Trẻ lớn hơn, bố mẹ nên cho trẻ ăn uống cân bằng dưỡng chất, đảm bảo bổ sung đủ bốn nhóm dinh dưỡng thiết yếu (chất đạm, chất béo, chất bột đường, vitamin và khoáng chất); tăng cường hàm lượng rau xanh trong mỗi bữa ăn, khuyến khích trẻ ăn nhiều trái cây tươi hơn.

Đặc biệt, trẻ cần được uống đủ nước mỗi ngày để hệ miễn dịch hoạt động một cách tốt nhất. Bên cạnh đó, bố mẹ nên hạn chế cho trẻ ăn những thực phẩm không lành mạnh như đồ chiên rán nhiều dầu mỡ, thức ăn nhanh... bởi chúng có thể khiến trẻ bị nóng trong người.

Thói quen sinh hoạt lành mạnh giúp trẻ phát triển tốt hơn, giảm nguy cơ mắc bệnh, nổi mụn nhọt. Bố mẹ nên tạo điều kiện, khuyến khích trẻ tham gia các hoạt động thể dục thể thao vừa sức thường xuyên; ngủ đủ giấc...

Chăm sóc da đúng cách, tăng cường đề kháng cho da sẽ giúp trẻ có một làn da khỏe khoắn, giảm nguy cơ mắc các vấn đề về da. Bên cạnh việc đảm bảo vệ sinh da, tắm rửa thường xuyên, để da khô thoáng, bố mẹ có thể sử dụng thêm một số sản phẩm dưỡng da, chăm sóc da cho trẻ. Những sản phẩm này sẽ giúp hỗ trợ loại bỏ bụi bẩn, mồ hôi, dầu thừa trên da trẻ; đồng thời, giữ cho da trẻ mềm mịn, giảm nguy cơ hình thành mụn.

Lưu ý, cần lựa chọn sản phẩm chăm sóc da phù hợp với độ tuổi và loại da của trẻ; nên tham

khảo ý kiến của bác sĩ trước khi dùng cho trẻ.

Trẻ bị nổi mụn nhọt nên ăn gì và nên kiêng gì là vấn đề luôn được bố mẹ quan tâm. Dưới đây là một số gợi ý nhằm giúp trẻ giảm nhẹ triệu chứng, mụn nhọt biến mất nhanh chóng:

Khi trẻ bị nổi mụn nhọt, chế độ ăn uống cân bằng, đủ chất sẽ giúp trẻ tăng cường hệ miễn dịch, hỗ trợ quá trình chữa lành da và phòng ngừa biến chứng. Bố mẹ nên cho trẻ ăn uống lành mạnh, tăng cường thực phẩm giàu vitamin C như cam, quýt, ổi; thực phẩm giàu kẽm như các loại hạt và thịt nạc; thực phẩm giàu Omega-3 như cá hồi, quả bơ; thực phẩm giàu vitamin, chất chống oxy hóa và khoáng chất như rau xanh, trái cây tươi; thực phẩm tốt cho hệ tiêu hóa như sữa chua.

Bên cạnh đó, bố mẹ cần cho trẻ uống đủ nước mỗi ngày để tăng quá trình trao đổi chất trong cơ thể.

Để ngăn ngừa mụn nhọt diễn tiến nặng hơn, kéo dài, gây biến chứng, trẻ nổi mụn nhọt nên kiêng ăn một số thực phẩm như thức ăn chứa nhiều đường và chất béo bão hòa như bánh kẹo, nước ngọt, đồ ăn nhanh; thức ăn cay nóng, nhiều dầu mỡ; thực phẩm chế biến sẵn chứa nhiều chất bảo quản, gia vị như xúc xích, thịt hun khói.

Ngoài ra, cần tránh cho trẻ tiếp xúc với môi trường bị ô nhiễm. Hạn chế để trẻ gãi hoặc chạm tay vào vùng da bị mụn nhọt nhằm tránh để mụn nhọt bị vỡ, trầy xước dẫn đến viêm. Tránh sử dụng các sản phẩm chăm sóc da có chứa hóa chất mạnh cho trẻ bởi chúng có thể gây kích ứng.

Khi trẻ bị nổi mụn nhọt, bố mẹ nên đưa trẻ đến bệnh viện để được bác sĩ thăm khám và tư vấn điều trị, chăm sóc đúng cách. Khi chăm sóc tại nhà, bố mẹ cần đưa trẻ đến bệnh viện nếu trẻ có các triệu chứng bất thường sau:

Dưới đây là một số câu hỏi thường gặp về mụn nhọt ở trẻ em:

Mụn nhọt ở trẻ em thường không có khả năng lây lan từ vùng da này sang vùng da khác hoặc từ người này qua người khác khi được chăm sóc và điều trị đúng cách. Tuy nhiên, nếu mụn nhọt bị trầy xước, vỡ, chất dịch mủ bên trong mụn nhọt chảy ra ngoài nhưng không được xử lý sạch sẽ, vi khuẩn gây mụn nhọt có thể lây lan. (5)

Không. Bố mẹ tuyệt đối không nặn mụn nhọt của trẻ bởi điều này có thể dẫn đến tình trạng nhiễm trùng nghiêm trọng, gây kích ứng da và để lại sẹo. Bên cạnh đó cần khuyên bảo trẻ không tác động lực, chọc, cạy mụn nhọt nhằm hạn chế gây trầy xước, tổn thương, vỡ mụn nhọt. Mụn nhọt ở trẻ có thể tồn tại trong khoảng ba đến bảy ngày để có thể biến mất hoàn toàn. Tuy nhiên, một số trường hợp mụn nhọt có thể tồn tại lâu hơn, mất khoảng vài tuần nếu mụn nằm sâu dưới da.

Để biết thêm thông tin về cách chăm sóc trẻ và những vấn đề về sức khỏe khác của trẻ, bạn có thể liên hệ tới chuyên khoa Nhi, bệnh viện đa khoa Tâm Anh theo địa chỉ:

Hy vọng với những thông tin trên, quý phụ huynh đã hiểu rõ hơn về mụn nhọt ở trẻ em. Trẻ nổi mụn nhọt, bố mẹ tuyệt đối không được chủ quan, cần chăm sóc và điều trị đúng theo chỉ dẫn của bác sĩ.

---