

# Những biểu hiện cảnh báo sốt xuất huyết ở trẻ em

Sốt xuất huyết (hay sốt Dengue) là một trong những căn nguyên gây tử vong hàng đầu ở trẻ em. Vì vậy, các bậc cha mẹ cần biết một số biểu hiện sốt xuất huyết ở trẻ em để kịp thời phát hiện, đưa trẻ đi khám và điều trị kịp thời, tránh xảy ra biến chứng nghiêm trọng.

## 1. Triệu chứng sốt xuất huyết ở trẻ em

Sốt xuất huyết ở trẻ em có biểu hiện ở nhiều dạng khác nhau và diễn biến phức tạp. Sự khởi phát của bệnh thường khá đột ngột và diễn biến bệnh nhanh chóng từ nhẹ đến nặng qua ba giai đoạn: giai đoạn sốt, giai đoạn nguy hiểm và giai đoạn hồi phục.

### 1.1. Giai đoạn sốt

Ở giai đoạn đầu của bệnh sốt xuất huyết ở trẻ em, trẻ bị sốt cao đột ngột, liên tục. Trẻ còn nhỏ thì bứt rứt, quấy khóc. Trẻ lớn hơn thì than đau đầu, cảm thấy chán ăn, buồn nôn, biểu hiện da sung huyết (quan sát thấy có chấm xuất huyết dưới da), đau cơ khớp, nhức ở hai hố mắt, chảy máu chân răng hoặc chảy máu cam.



Trẻ bị sốt cao liên tục

Kết quả xét nghiệm máu ở giai đoạn sốt thường không phản ánh rõ ràng. Cụ thể, dung tích hồng cầu (Hematocrit) đa số là bình thường, số lượng tiểu cầu bình thường hoặc giảm dần, trong khi đó lượng bạch cầu thường giảm.

### 1.2. Giai đoạn nguy hiểm

Sau giai đoạn sốt, trẻ tiến vào giai đoạn nguy hiểm của bệnh, thường rơi vào khoảng ngày thứ 3 - 7 sau khi mắc bệnh. Biểu hiện của sốt xuất huyết ở trẻ vào giai đoạn này có thể còn sốt hoặc đã thuyên giảm, trẻ bị thoát huyết tương (Lượng huyết tương trong máu thoát ra ngoài khiến bụng bị chướng to, thường kéo dài trong 24 - 48 giờ, nguy cơ dẫn đến tử vong ở các bệnh nhi sốt xuất huyết).

Như vậy, khi đi khám có thể nhận thấy trẻ bị tràn dịch ở màng phổi, màng bụng, gan to bất thường, mi mắt phù nề. Nếu tình trạng thoát huyết tương nặng sẽ dẫn đến sốc, với các biểu hiện dễ nhận thấy như vật vã, bứt rứt, lơ đãng, lạnh đầu chi, da lạnh, ẩm, mạch nhanh nhỏ, tiểu ít; huyết áp kẹt (huyết áp tối đa và tối thiểu cách nhau dưới 20 mmHg), tụt huyết áp hoặc không thể đo được huyết áp. Đặc biệt, trẻ bị xuất huyết dưới da hoặc xuất hiện các mảng bầm tím, các nốt xuất huyết nằm rải rác hoặc tập trung ở mặt trước hai cẳng chân và mặt trong hai cánh tay, ở phần bụng, đùi, mạng sườn; xuất huyết ở niêm mạc, như chảy máu mũi, chảy máu chân răng, tiểu ra máu.



### Biểu hiện xuất huyết ở trẻ em bị sốt xuất huyết

Tuy nhiên, cần phải lưu ý rằng, xuất huyết không phải là biểu hiện bắt buộc của bệnh sốt xuất huyết ở trẻ em, bởi vì có thể trẻ tuy mang bệnh nhưng lại hoàn toàn không biểu hiện triệu chứng xuất huyết. Vì vậy, dù có hoặc không có triệu chứng xuất huyết thì bệnh vẫn có thể đã tới giai đoạn nguy hiểm, có thể khiến bé tử vong. Một trong những biến chứng nguy hiểm là trẻ bị sốc, với biểu hiện gồm ba tình trạng suy giảm: giảm tri giác, giảm thân nhiệt và giảm huyết áp.

Ở giai đoạn nguy hiểm này, xét nghiệm máu thấy lượng tiểu cầu giảm mạnh chỉ còn dưới 100.000/mm<sup>3</sup>, trường hợp nặng bé có thể bị rối loạn đông máu, vô cùng nguy kịch.

### 1.3. Giai đoạn phục hồi

Sau giai đoạn nguy hiểm chừng 48 - 72 giờ là giai đoạn phục hồi, trẻ hết sốt, tình trạng cải thiện nhiều, biểu hiện thèm ăn, huyết áp ổn định hơn và tiểu nhiều hơn. Khi xét nghiệm máu thấy số lượng bạch cầu tăng lên nhanh, số lượng tiểu cầu dần trở về mức bình thường, nhưng thường chậm hơn so với bạch cầu.

## 2. Hướng dẫn điều trị sốt xuất huyết cho trẻ em tại nhà

Khi nhận thấy trẻ em có dấu hiệu bị sốt xuất huyết, cần lập tức đưa trẻ đến bệnh viện khám và chẩn đoán. Sau đó, phần lớn các trường hợp trẻ em bị sốt xuất huyết đều có thể được điều trị tại nhà (điều trị ngoại trú) và đến tái khám đầy đủ theo lịch hẹn. Cần lưu ý những chỉ dẫn của bác sĩ để quá trình điều trị sốt xuất huyết đạt hiệu quả nhanh nhất, cụ thể như sau:

- Nếu bệnh nhi sốt cao trên 39°C, cần được uống thuốc hạ sốt paracetamol theo hướng dẫn sử dụng, nói lỏng quần áo, lau mát. Chú ý không được dùng aspirin hay ibuprofen, vì có thể dẫn đến xuất huyết, toan máu;
- Khuyến khích bé uống nhiều nước (nước sôi để nguội), oresol (nước điện giải), nước trái cây (nước dừa, cam, chanh,...) hoặc cháo loãng pha với muối, để bổ sung chất điện giải cho bé;
- Chế độ ăn uống trong ngày nên chia làm nhiều bữa nhỏ, thức ăn loãng, dễ tiêu, cân bằng dinh dưỡng. Không nên dùng thực phẩm và nước uống có màu sẫm (tránh trường hợp bị nhầm lẫn với xuất huyết tiêu hóa);
- Nên để trẻ nghỉ ngơi tại nhà, hạn chế vận động thời gian trẻ bị sốt xuất huyết;
- Trong trường hợp trẻ không thể uống được nước do nôn ói quá nhiều, lơ òe, không tỉnh táo, cần đưa đến cơ sở y tế để được hướng dẫn thêm.



Cho bé uống nhiều nước để cải thiện tình trạng bệnh

Trong quá trình chăm sóc trẻ khi bị sốt xuất huyết, cần ngay lập tức đưa trẻ đến cơ sở y tế để được bác sĩ kiểm tra và điều trị kịp thời nếu nhận thấy trẻ có một trong các biểu hiện sau đây:

- Vật vã, lừ đừ;
- Đau bụng ngày càng nặng;
- Da xung huyết nhưng tứ chi lạnh;
- Nôn ói đột ngột, liên tục;

### **3. Cách phòng chống bệnh sốt xuất huyết ở trẻ em**

Tính đến thời điểm hiện tại, Việt Nam vẫn chưa có biện pháp điều trị đặc hiệu và vắc xin phòng bệnh sốt xuất huyết. Biện pháp phòng bệnh đang được áp dụng là chủ động kiểm soát các loại côn trùng trung gian truyền bệnh, như diệt bọ gậy (lăng quăng), tiêu diệt muỗi trưởng thành, tránh để muỗi đốt, vệ sinh môi trường sống, loại bỏ các ổ chứa nước lặn đọng. Hãy thực hiện những điều sau đây để bảo vệ sức khỏe của bé yêu, phòng chống căn bệnh sốt xuất huyết nguy hiểm.

Cha mẹ có thể loại bỏ nơi sinh sống và sinh sản của muỗi, tiêu diệt lăng quăng/bọ gậy bằng cách:

- Đậy kín các dụng cụ có chứa nước, để muỗi không thể vào đẻ trứng;

- Thả cá vào các dụng cụ đựng nước dung tích lớn (bể, giếng, chum, vại...) để cá ăn hết lãng quãng/bọ gậy nếu có. Các loại cá nên lựa chọn là cá bảy màu, cá sóc, cá rô phi, cá chép, cá lê Argentina,...
- Vệ sinh tất cả các dụng cụ chứa nước vừa và nhỏ (lu, khạp...) hàng tuần;
- Thu gom, vớt bỏ các vật dụng, phế liệu trong nhà và xung quanh nhà, chẳng hạn như chai, lọ, mảnh vỡ vỏ chai, mảnh lu vỡ, ống bơ, vỏ quả dừa, lốp xe, vỏ xe cũ, hốc tre,...
- Vệ sinh môi trường sinh sống, lật úp các vật dụng chứa nước khi chưa dùng đến;
- Bỏ muối hoặc dầu vào bát nước kê chân chạn/tủ đựng chén bát, thay nước bình hoa/bình bông.

Cách phòng chống muỗi đốt cho trẻ:

- Cho trẻ mặc quần áo dài tay;
- Ngủ trong màn, giãng mùng, kéo rèm (kể cả ban ngày);
- Sử dụng bình xịt diệt muỗi, nhang hương chống muỗi, kem xua muỗi, vợt điện diệt muỗi,...



Phòng chống muỗi vẫn là kim chỉ nam giúp giảm thiểu tỷ lệ bệnh sốt xuất huyết

Bên cạnh đó, gia đình cần tích cực phối hợp với cấp chính quyền và ngành y tế trong các đợt phun hóa chất phòng chống dịch bệnh sốt xuất huyết định kỳ.