[Sốt siêu vi ở trẻ - Cần xử trí đúng cách](https://mnducgiang.longbien.edu.vn/cham-soc-suc-khoe/sot-sieu-vi-o-tre-can-xu-tri-dung-cach/ctfull/4842/520750%22%20%5Co%20%22S%E1%BB%91t%20si%C3%AAu%20vi%20%E1%BB%9F%20tr%E1%BA%BB%20-%20C%E1%BA%A7n%20x%E1%BB%AD%20tr%C3%AD%20%C4%91%C3%BAng%20c%C3%A1ch)

**Thời tiết chuyển mùa làm thay đổi môi trường sống, thuận lợi cho các virus phát triển. Nếu sức đề kháng của trẻ kém, trẻ sẽ dễ mắc bệnh, nhiễm siêu vi hay sốt siêu vi.**

[Sốt siêu vi](https://suckhoedoisong.vn/mua-nang-that-thuong-mua-cua-sot-sieu-vi-169161988.htm) cũng có thể diễn tiến thành sốt xuất huyết, viêm đường hô hấp, cảm cúm, sốt phát ban, thậm chí là bệnh tay chân miệng. Do đó, thường bác sĩ hẹn bệnh nhân khám lại mỗi ngày hay làm một số xét nghiệm để biết thêm chính xác trẻ bị bệnh gì.

Một số trẻ hay người lớn có tiếp xúc với nguồn lây đặc biệt các siêu vi (virus) H1N1, H5N1, H7N9 có thể biểu hiện viêm phổi nặng, diễn tiến đến suy hô hấp nặng, tử vong nếu không được phát hiện sớm và điều trị kịp thời.

**1- Dấu hiệu nhận biết sốt siêu vi ở trẻ**

- [Sốt cao](https://suckhoedoisong.vn/de-phong-tre-sot-cao-co-giat-169196622.htm%22%20%5Co%20%22S%E1%BB%91t%20cao): Đây là biểu hiện thường gặp ở những trường hợp sốt do siêu vi, thường từ 38 – 39 độ C, thậm chí 40 - 41độ C. Khi hạ sốt trẻ lại tỉnh táo, chơi bình thường.

Ở trẻ nhỏ dưới 5 tuổi, khi sốt cao nếu không được hạ sốt kịp thời, trẻ dễ bị co giật, tăng tiết đờm nhớt dẫn đến suy hô hấp, thiếu ôxy não… Ở trẻ lớn thì sẽ bị đau nhức mình mẩy, đau cơ bắp…

- [Đau đầu](https://suckhoedoisong.vn/cho-xem-thuong-khi-tre-keu-dau-dau-169179833.htm%22%20%5Co%20%22%C4%90au%20%C4%91%E1%BA%A7u): Một số trường hợp trẻ có thể đau đầu nhưng vẫn tỉnh táo.

‎- Viêm long đường hô hấp: Các biểu hiện viêm long đường hô hấp như ho, chảy nước mũi, hắt hơi, họng có thể đỏ…

- [Rối loạn tiêu hóa](https://suckhoedoisong.vn/dinh-duong-phong-roi-loan-tieu-hoa-cho-tre-169210831161245267.htm%22%20%5Co%20%22R%E1%BB%91i%20lo%E1%BA%A1n%20ti%C3%AAu%20h%C3%B3a): Thường xuất hiện sớm nếu nguyên nhân gây sốt do siêu vi đường tiêu hóa, cũng có thể xuất hiện muộn hơn vài ngày sau khi sốt, với đặc điểm là tiêu lỏng, không có máu, chất nhày.

- Viêm hạch: Một số trẻ có biểu hiện sưng hạch vùng đầu, mặt, cổ sau tai, gáy, thường kích thước nhỏ, không đau. Nếu sưng vùng ngay trước tai có thể nghi ngờ trẻ mắc bệnh quai bị.

- [Phát ban:](https://suckhoedoisong.vn/cham-soc-tre-sot-phat-ban-dung-cach-tai-nha-169189792.htm%22%20%5Co%20%22Ph%C3%A1t%20ban%3A) Một số trẻ biểu hiện nổi ban, phát ban khu trú ở mặt, chi hay toàn thân. Thường xuất hiện 2-3 ngày sau khi sốt, khi xuất hiện ban thì trẻ sẽ đỡ sốt.

- Viêm kết mạc mắt: Kết mạc mắt có thể đỏ, có ghèn, chảy nước mắt. Khi xuất hiện kèm với ban đỏ có thể nghi ngờ trẻ bị ban sởi.

- Nôn: Trẻ có thể nôn nhiều lần nhưng thường xuất hiện sau khi ăn.

Một số biến chứng nặng hiếm gặp như viêm phổi gây suy hô hấp tiến triển, viêm não hay lồng ruột do một số hạch mạc treo ruột bị viêm, các nang bạch huyết sưng to sẽ nhô vào lồng ruột, cản trở nhu động của ruột khiến hai đoạn ruột kế cận chui vào nhau.



*Sốt cao là biểu hiện thường gặp khi trẻ bị sốt siêu vi*

**2- Xử trí đúng cách khi trẻ sốt siêu vi**

Các bệnh do siêu vi gây ra hầu hết chưa có thuốc đặc hiệu, chủ yếu là điều trị triệu chứng, đối với sốt siêu vi hay nhiễm siêu vi ở trẻ em cũng vậy. Do đó, các biện pháp thường áp dụng là:

***Chăm sóc trẻ sốt***

- Cởi bỏ bớt chăn mền, quần áo, chỉ cho trẻ mặc một lớp quần áo mỏng, trắng để cơ thể tỏa nhiệt làm giảm sốt

- Cho [thuốc hạ sốt](https://suckhoedoisong.vn/bac-si-nhi-khoa-huong-dan-cach-dung-thuoc-ha-sot-tai-nha-cho-tre-trong-mua-dich-covid-19-169210731111914056.htm%22%20%5Co%20%22thu%E1%BB%91c%20h%E1%BA%A1%20s%E1%BB%91t%C2%A0)ở trẻ có nhiệt độ > 38 độ C. Thuốc được chọn là Acetaminophen (Paracetamol) vì đây là thuốc hiệu quả nhanh, thường có tác dụng 30 phút và kéo dài từ 4 - 6 giờ, ít tác dụng phụ. Cần cho trẻ uống đúng liều 10 - 15 mg/kg/lần, ngày uống 4 lần nếu trẻ còn sốt.

- Lau mát bằng nước ấm (nước thường pha âm ấm để tắm em bé) khi trẻ sốt cao trên 39-40 độ C gây khó chịu trong khi chờ tác dụng của thuốc hạ sốt hoặc trẻ đang co giật.

- Lau mát hạ sốt thường áp dụng cho trẻ từ 6 tháng - 5 tuổi, không áp dụng cho trẻ sơ sinh vì dễ gây mất nhiệt, hạ thân nhiệt.

Nước ấm giúp mạch máu dưới da giãn nở tốt giúp thải nhiệt. Tránh dùng nước lạnh hay nước đá sẽ làm các mạch máu co lại không tỏa nhiệt được.

Thường dùng 5 khăn nhúng nước ấm, vắt hơi ướt, đắp 2 bên nách, 2 bên bẹn, một khăn khác đắp lau khắp người trẻ. Kiểm tra nhiệt độ trẻ mỗi 15 - 30 phút, ngưng lau mát khi nhiệt độ dưới 38 độ C.

*Sốt siêu vi có thể gây mất nước, vì vậy nên cho trẻ uống nhiều nước*

***Bù nước***

Khi sốt cao có thể gây mất nước, gây rối loạn điện giải cơ thể. Do đó, nên cho trẻ uống nhiều nước hoặc bù nước điện giải bằng cách uống Oresol (một gói Oresol pha một lít nước uống dần trong ngày).

***Chống bội nhiễm***

- Vệ sinh sạch sẽ cho trẻ, tắm bằng nước ấm, phòng kín. Nhỏ mắt, nhỏ mũi bằng Natrichlorua 0,9% để tránh bội nhiễm vi khuẩn [đường hô hấp](https://suckhoedoisong.vn/cham-soc-tre-bi-viem-duong-ho-hap-tai-nha-169211019190847346.htm%22%20%5Co%20%22%C4%91%C6%B0%E1%BB%9Dng%20h%C3%B4%20h%E1%BA%A5p).

- Cách ly trẻ không cho đến trường (vì bệnh có thể gây thành dịch).

- Giữ ấm cho trẻ.

***Dinh dưỡng***

Cho trẻ ăn lỏng, dễ tiêu, giàu dinh dưỡng.

***Những điều không nên làm***

- Quấn kín trẻ

- Kiêng ăn uống

- Nặn chanh, đổ sả, đổ thuốc vào miệng trẻ khi trẻ đang co giật vì gây sặc, tắc đường thở đưa đến tử vong.

- Cạo gió, cắt lể

*Khi trẻ bị sốt siêu vi, nên cho trẻ ăn lỏng và nhiều chất dinh dưỡng.*

**3- Khi nào cần đưa trẻ đến bệnh viện?**

Đưa trẻ bị sốt khám bệnh mỗi ngày khi:

- Trẻ sốt cao khó hạ hoặc sốt trên 2 ngày.

- Trẻ < 2 tháng bị sốt

- Sốt kèm xuất hiện chấm [xuất huyết ở da](https://suckhoedoisong.vn/sot-xuat-huyet-bao-lau-thi-khoi-nhung-sai-lam-khien-benh-chuyen-nang-169211104172720852.htm%22%20%5Co%20%22xu%E1%BA%A5t%20huy%E1%BA%BFt%20%E1%BB%9F%20da), ban mụn nước lòng bàn tay chân, mụn nước ngứa toàn thân, phát ban hay kèm biểu hiện bất thường nào khác

***Đưa trẻ tái khám ngay khi***

- Lơ mơ, ngủ nhiều li bì khó đánh thức

- Nôn ói nhiều, nôn ra tất cả mọi thứ

- Không ăn uống được hoặc bỏ bú

- [Co giật](https://suckhoedoisong.vn/quy-tac-ba-me-can-thuoc-long-de-xu-tri-be-sot-co-giat-169192363.htm) hay giật mình chới với, hoặc run chân, tay

- Thở bất thường, thở mệt, tím tái

- Tay chân mát lạnh, da nổi mẩn

- Bứt rứt đau bụng

- [Chảy máu cam](https://suckhoedoisong.vn/tre-bi-chay-mau-cam-quan-trong-la-xu-tri-dung-169193270.htm%22%20%5Co%20%22Ch%E1%BA%A3y%20m%C3%A1u%20cam), máu răng, nôn ra máu, tiêu phân đen

- Có biểu hiện bất thường nào khác

*Khi trẻ lơ mơ, ngủ nhiều li bì khó đánh thức nên cho trẻ đi khám ngay*

**4- Phòng ngừa sốt siêu vi như thế nào?**

Một vài cách để tránh cho trẻ ít bị nhiễm siêu vi:

- Không cho trẻ tiếp xúc với người đang bệnh.

- Giữ ấm cho trẻ.

- Không cho trẻ dầm mưa hay chơi ngoài nắng hay đi bơi quá nhiều, tắm dầm nước lâu.

‎- Đảm bảo vệ sinh ăn uống; Môi trường sống thoáng mát, sạch sẽ.

- Tiêm phòng: Cúm, viêm não, thủy đậu, sởi.

Trẻ mắc bệnh nhiễm siêu vi, phụ huynh không nên quá lo lắng hoặc quá chủ quan mà phải chăm sóc trẻ chu đáo, uống thuốc theo đơn của bác sĩ và biết cách nhận biết các dấu hiệu nặng để đưa trẻ đến cơ sở y tế khám và chữa bệnh kịp thời.