**5 bệnh thường gặp ở trẻ lúc giao mùa**

**từ xuân sang hè**

27/06/2019

**Thay đổi thời tiết và các tác nhân khác trẻ dễ bị mắc các bệnh như sởi, quai bị. Bên cạnh đó là các bệnh đường tiêu hóa do ăn phải thực phẩm không an toàn vệ sinh.**

**1. Bệnh quai bị**

[**Bệnh quai bị**](https://www.vinmec.com/vi/benh/benh-quai-bi-2972/) là một bệnh lành tính. Bé trai có thể bị viêm tinh hoàn, xuất hiện trong khoảng 7-10 ngày sau khi sưng tuyến mang tai. Nếu không được điều trị kịp thời tình trạng viêm nặng hơn, sẽ ảnh hưởng đến ống dẫn tinh, một trong nhiều nguyên nhân gây vô sinh. Ngoài ra bé cũng có thể bị viêm não, màng não, xảy ra vào ngày thứ 3-10 với các triệu chứng sốt cao, nhức đầu, ói mửa, đôi khi có co giật...

Diễn biến bệnh quai bị thường nhẹ, bé có thể hơi sốt, mệt mỏi, ho; sau đó sưng, đau một bên mang tai rồi đau cả hai bên. Nếu đang mắc bị bệnh quai bị mà bé có biểu hiện bất thường như: đau tinh hoàn, sờ rắn lại (ở bé trai), đau bụng dưới (ở bé gái) hoặc thấy đau đầu, nôn... thì cần đến bệnh viện để kiểm tra sớm.

Bệnh quai bị do virus nên không có thuốc điều trị đặc hiệu mà chỉ điều trị triệu chứng như hạ sốt, giảm đau... Có thể đắp ấm vùng tuyến mang tai nhằm giảm những cơn đau cho bé; chăm sóc răng miệng cho bé sạch sẽ; cho bé ăn thức ăn lỏng, dễ tiêu và nhiều chất dinh dưỡng để tăng sức đề kháng cho cơ thể.

**2. Bệnh sởi**

[**Bệnh sởi**](https://www.vinmec.com/vi/benh/benh-soi-2971/) là bệnh theo mùa, thường gặp ở trẻ nhỏ và là bệnh lành tính. Bệnh sởi tuy có tỷ lệ tử vong thấp nhưng biến chứng có thể gặp là: viêm tai giữa, viêm phổi, tiêu chảy, khô loét giác mạc mắt và đôi khi viêm não sau sởi, đặc biệt đối với trẻ em suy dinh dưỡng...

Các triệu chứng bệnh sởi là sốt nhẹ hoặc sốt cao từ 39 - 400C, sốt liên tục. Trẻ bị hắt hơi, sổ mũi, chảy nước mắt, viêm kết mạc, dử mắt, phù nhẹ mi, ho (có thể ho khan, khàn tiếng hoặc có đờm), tiêu chảy. Có những chấm nhỏ khoảng 1 mm nổi lên trên niêm mạc má, dễ quan sát khi trẻ há miệng to; chấm có màu đỏ, sung huyết, ở vị trí ngang với răng hàm thứ nhất. Dấu hiệu này mất nhanh trong vòng 12 - 18 giờ.

Sau khi sốt 3 - 4 ngày, trẻ bị phát ban. Lúc đầu, ban đỏ mọc từ sau tai, lan dần hai bên má, cổ, ngực, chi trên, sau lưng, chi dưới, đến toàn thân. Ban màu hồng nhạt, nhẵn, khi ấn vào thì biến mất, có xu hướng kết dính lại với nhau, phát ban xen giữa những khoảng da lành. Thể nhẹ thì ban đỏ rải rác, thể nặng thì ban đỏ dày gần như che kín toàn bộ da, bao gồm cả gan bàn tay, chân, sau khi bay để lại vết thâm trên da. Trẻ ăn kém, mệt, mỏi. 3 - 4 ngày sau khi ban đỏ mọc, ban sẽ bắt đầu bay, màu nhạt dần, nơi nào mọc trước thì sẽ bay trước và để lại vết thâm trên da, khoảng một tuần sau thì không còn dấu vết gì. Trẻ lại sức dần và hết sốt.

**3. Bệnh thủy đậu**

[**Bệnh thủy đậu**](https://www.vinmec.com/vi/benh/thuy-dau-2969/) (còn được gọi là bệnh trái rạ) do vi rút Varicella Zoster gây ra. Bệnh lây trực tiếp qua đường hô hấp (ho, hắt hơi...) hoặc khi tiếp xúc dịch nước phỏng. Bệnh thủy đậu có thể gặp ở mọi lứa tuổi, hay gặp ở trẻ từ 2 – 10 tuổi, và để lại miễn dịch suốt đời. Tại Việt Nam, mùa bệnh thủy đậu thường xuất hiện vào mùa xuân- hè từ tháng 2 đến 6 hằng năm.

Biểu hiện ban đầu của bệnh thủy đậu là sốt, đau đầu hay đau cơ, mệt mỏi hoặc chán ăn. Sau đó, xuất hiện những nốt tròn đỏ trong vòng 12 – 24 giờ, rồi tiến triển dần thành các mụn nước lúc đầu trong sau đó đục, nổi lên từng đợt ở da đầu và thân mình. Bình thường, bệnh thủy đậu tiến triển trong 5 – 10 ngày thì khỏi. Đôi khi bệnh thủy đậu có biến chứng như bội nhiễm mụn nước, viêm cầu thận cấp tính, viêm phổi... nhất là ở trẻ nhỏ, nhiều trường hợp dẫn tới tử vong.

**4. Bệnh cảm cúm**

Thời điểm giao mùa thời tiết có nhiều biến động, nóng rét thất thường, trẻ em rất dễ mắc **bệnh cảm cúm** do hệ thống miễn dịch chưa hoàn thiện. Virus cúm dễ xâm nhập cơ thể, gây bệnh.

Virus cúm lây từ người này sang người khác qua đường hô hấp, nhanh đến mức bạn thậm chí còn không biết ai đã lây bệnh cho bé. Trẻ khi mắc cảm cúm có thể sốt, nghẹt mũi, đau họng, ho, hắt hơi, nhức mỏi toàn thân. Các triệu chứng nghẹt mũi, chảy mũi nước kéo dài hơn các triệu chứng khác làm cho trẻ khó chịu.

Thời điểm giao mùa người già và trẻ em là đối tượng rất dễ mắc **bệnh cảm cúm** do hệ thống miễn dịch chưa hoàn thiện hoặc suy giảm, khiến virus cúm dễ xâm nhập cơ thể, gây bệnh.

**Bệnh cảm cúm** thông thường là do nhiễm virus đường hô hấp trên, mũi và cổ họng. Các triệu chứng của cảm cúm thông thường thường xuất hiện khoảng 1 - 3 ngày sau khi tiếp xúc với một vi rút cảm cúm. Các dấu hiệu và triệu chứng của cảm cúm thông thường có thể bao gồm: Chảy nước mũi hoặc nghẹt mũi; Ngứa hoặc đau họng; Ho; Xung huyết mắt; Cơ thể đau nhức hoặc đau đầu nhẹ; Hắt hơi; Chảy nước mắt; Sốt mức độ thấp (lên đến 39 độ C); Mệt mỏi nhẹ...

**5. Bệnh nhiễm trùng tiêu hóa**

Khi thời tiết bắt đầu chuyển mùa, các loại virus hợp bào rất phát triển. Virus này trong không khí và khi xâm nhập vào cơ thể bé sẽ dễ dàng phá vỡ hệ thống đề kháng chưa hoàn chỉnh của bé khiến trẻ dễ mắc các **bệnh nhiễm trùng tiêu hóa**.

Biểu hiện của **bệnh nhiễm trùng tiêu hóa** là phát bệnh đột ngột và phần lớn trẻ mắc bệnh thường là sốt cao (38-40 độ C) và phần lớn kèm theo các biểu hiện như sổ mũi, ngạt mũi, hắt hơi, ho và rát họng.

Nếu bệnh nặng xuất hiện các biểu hiện như đại tiện dạng nước hoặc buồn nôn do đường ruột của các bé chưa phát triển hoàn thiện, các hoạt tính enzyme còn yếu, tuy nhiên nhu cầu dinh dưỡng lại khá cao và đồng thời phải gánh trọng trách của đường ruột. Hệ thần kinh, hệ tuần hoàn, hệ bài tiết và các chức năng của gan, thận trong thời kỳ sơ sinh vẫn chưa thành thục, cơ năng điều tiết còn kém đồng thời khả năng miễn dịch cũng chưa thành thục.

Việc ăn uống đủ chất, đảm bảo dinh dưỡng, ăn nhiều hoa quả để giúp cơ thể tăng cường dinh dưỡng, nâng cao sức đề kháng. Ăn cân đối các nhóm dưỡng chất: tinh bột, chất đạm, chất béo, vitamin và khoáng chất... cũng giúp tăng cường sức đề kháng, miễn dịch và phòng các bệnh thường gặp ở trẻ lúc giao mùa tốt hơn.

---------