



**KUST-ÖSTERBOTTENS SAMKOMMUN  
FÖR SOCIAL- OCH PRIMÄRHÄLSOVÅRD  
FISC - K5**

**Chính sách của vùng ven biển Ostrobotnia về chăm sóc sức khỏe và xã hội**

**FISC - K5**

## **NHỮNG BỆNH THƯỜNG GẶP NHẤT Ở TRẺ EM**



Vietnamesiska Tiếng Việt

## MỤC LỤC

Những bệnh thường gặp nhất ở trẻ em .....	3
Cảm lạnh ở trẻ em .....	3
Sốt ở trẻ em .....	4
Sốt giật (sốt giật động kinh) .....	7
Bệnh thủy đậu.....	8
Sốt ban đỏ.....	9
Viêm amidan (viêm hạch hạnh nhân).....	10
RS.....	11
Sốt 3 ngày.....	12

## Những bệnh thường gặp nhất ở trẻ em

### Cảm lạnh ở trẻ em

Cảm lạnh nguyên do là vi rút gây lên và thường phổ biến ở trẻ em. Cảm lạnh là một dạng nhiễm trùng ở đường hô hấp. Nhưng hầu hết các trường hợp cảm lạnh hầu như đều vô hại.

Trẻ em bị nhiễm cảm một cách dễ dàng và thường bị cảm từ năm đến bảy lần trong một năm. Nếu em bé gửi ở nhà trẻ hay gửi nhà trẻ tư thường bị nhiễm cảm thường xuyên hơn. Những em bé đó thường được tiếp xúc nhiều với những em bé khác, và vi rút cảm cúm dễ dàng lây truyền từ trẻ này qua trẻ khác. Số lượng bị cảm cúm của trẻ có xu hướng giảm dần bởi vì trẻ phát triển lớn dần lên.

### Các Triệu chứng cảm lạnh

Dấu hiệu cho thấy con của bạn bị cảm lạnh bao gồm những triệu chứng sau đây:

- Sổ mũi, chảy nước mũi hoặc ngạt mũi
- Hắt hơi
- Ho
- Đau họng hoặc kích ứng ở cổ họng
- Sốt (triệu chứng không thường xuyên)
- Mệt mỏi ủ rũ và mệt



### Bạn có thể làm những gì?

Cảm lạnh thường khỏi trong vòng một tuần tới hai tuần mà bạn không cần phải làm bất cứ điều gì đặc biệt. Bởi vì cảm lạnh là do vi rút gây ra nên không thể điều trị với thuốc kháng sinh. Nhưng có một vài biện pháp có thể làm giảm triệu chứng:

- Hãy cho trẻ uống thật nhiều
- Nếu con bạn bị nghẹt mũi, nghẹt mũi đến trẻ không thể nào xì mũi được, khi đó bạn có thể nhỏ nước muối vào hai bên lỗ mũi. Dung dịch muối làm sạch những chất nhầy và làm cho thông mũi. Dung dịch muối có bán ở tiệm thuốc tây.
- Dung dịch thông mũi có thể làm giảm nghẹt mũi. Bạn có thể sử dụng thuốc nhỏ mũi này nhiều nhất 5 ngày. Trẻ em dưới 1 tuổi **không bao giờ** được sử dụng thuốc nhỏ mũi
- Nếu trẻ bị sốt bạn có thể điều trị bằng thuốc giảm sốt. **Đọc kỹ hướng dẫn sử dụng trước khi dùng. Không bao giờ được sử dụng quá liều lượng quy định!**
- Hãy cẩn thận khi sử dụng thuốc ho. Trước khi sử dụng hãy tư vấn tham khảo với y tá hoặc bác sĩ trước, hoặc hỏi nhân viên văn phòng bán thuốc tây.

### Khi nào cần liên lạc với trung tâm y tế?

Nếu trẻ bị sốt rất cao, cảm lạnh kéo dài, nếu trẻ bị đau tai, trẻ bị khó thở hoặc tình trạng sức khỏe của trẻ ngày càng bị xấu đi thì bạn nên liên lạc tới trung tâm y tế, nơi chăm sóc và đánh giá sức khỏe, những nhân viên y tế, hoặc bác sĩ. Khi trẻ bị cảm lạnh đôi khi có thể những vi khuẩn có liên kết chặt chẽ. Nó có thể gây biến chứng nên những bệnh sau đây ví dụ như bệnh viêm tai, viêm phổi và amidam.

### Làm thế nào để tôi có thể ngăn ngừa con không bị lây nhiễm cảm?

Vi rút cảm lạnh thông thường là rất dễ lây và có rất ít các điều kiện để các bậc cha mẹ có thể làm để phòng tránh cho trẻ bị lây nhiễm. Vi rút này dễ lây lan nhất chỉ sau khi chúng khởi phát triệu chứng. Tuy nhiên, bạn có thể tránh được, nếu có nhiều trẻ em bị nhiễm cảm, hãy

giữ con em của các bạn ở nhà không đi nhà trẻ, nhà trẻ tư hoặc trường học vào khi bắt đầu có dịch cảm. Những điều khác các bạn có thể làm:

- Dạy trẻ hắt hơi vào khuỷu tay hoặc vào một khăn giấy.
- Dạy trẻ không nên ngãi mắt hoặc chọc vào mũi(để tay vào lỗ mũi).
- Tránh để bé ở môi trường có khói thuốc lá
- Dạy trẻ rửa tay thường xuyên đặc biệt là vào các bữa ăn, mỗi khi đi nhà vệ sinh, và luôn luôn rửa tay khi trẻ về đến nhà.

### **Sốt ở trẻ em**

Ở trẻ nhỏ thì nhiệt độ trung tâm của cơ thể chưa phát triển đầy đủ. Có nghĩa là nhiệt độ cơ thể của các em bé có thể thay đổi một cách nhanh chóng, cả lên và xuống. Điều đó nghĩa là nhiệt độ cơ thể của trẻ cũng rất dễ bị ảnh hưởng với nhiệt độ môi trường.

Cởi quần áo cho trẻ mà trẻ chỉ mặc ít quần áo trên cơ thể cách này cũng làm cho trẻ giảm nóng trong cơ thể. Nếu ngược lại nếu lạnh quá mà bạn muốn giữ nóng cho em bé thì bạn có thể mặc thêm đồ cho em bé thì sẽ giữ được độ ấm trong cơ thể.



### **Nhiệt độ bình thường của con bạn là gì?**

Nhiệt độ bình thường của cơ thể trẻ luôn ở giữa 36,5 và 37,7 độ C.

Nếu nhiệt độ đo được ở trực tràng của trẻ, thì bạn sẽ có một kết quả nhiệt độ cơ thể ngay lập tức: Nhiệt độ cơ thể bình thường là giữa 36,5 và 37,7 độ C. Nhiệt độ đo từ miệng của trẻ thì có khoảng 0,5 độ thấp hơn và điều này cũng áp dụng với việc đo nhiệt độ ở tai. Nhiệt độ đo được ở dưới nách của trẻ không đáng tin cậy; Người ta cho rằng với nhiệt độ đó thì luôn thấp hơn nhiệt độ đo ở trực tràng 1 độ C. Những nghiên cứu đã cho thấy đo nhiệt độ ở trực tràng là hầu như chính xác nhất.

Một số người sử dụng nhiệt kế tai(nhiệt kế đo ở tai), mặc dù nó đòi hỏi độ chính xác cao với mục tiêu và nhân đúng chỗ, đặc biệt là cho trẻ em. Hãy nhớ ví dụ sau, không nên đo nhiệt kế tai vào một tai mà vừa mới được úp vào gối ấm, hoặc với tai vừa mới tới từ chỗ lạnh. Trong những trường hợp này thì hãy chờ đợi khoảng 10 – 15 phút rồi mới đo nhiệt độ ở tai.

### **Làm thế nào bạn có thể đo nhiệt độ cơ thể của con bạn?**

#### ***Đo nhiệt độ ở trực tràng***

Các phương pháp cổ điển và chính xác nhất là đo ở trực tràng. Phương pháp này là tốt nhất cho trẻ em dưới ba tuổi. Có thể đo bằng cả hai loại nhiệt kế kỹ thuật số và với một nhiệt kế thủy ngân.

Nếu bạn sử dụng nhiệt kế thủy ngân, thì bạn hãy nhớ là để thủy ngân chuyển xuống dưới 36 độ trước khi bạn bắt đầu đo.

Nếu con bạn dưới ba tuổi, cách tốt nhất là bạn nên để em bé nằm ngang xấp qua đùi của bạn "có nghĩa là bụng của em bé áp vào đùi của bạn", làm như thế bạn có một thế làm việc chắc chắn với em bé, và bạn cũng có thể quan sát được là bạn đang làm gì cho bé. Hãy bôi trơn bằng một chút kem thoa vaseline vào đầu của nhiệt kế, và sau đó bình tĩnh đưa nhiệt kế vào khoảng 1,5 cm trực tràng của trẻ. Giữ nguyên nhiệt kế trong trực tràng khoảng hai phút, nếu

nhật kế đó là nhật kế thủy ngân. Một nhật kế kỹ thuật số đo nhiệt độ thì chỉ khoảng 30 giây. Nhật kế kỹ thuật số thường có tiếng kêu bíp cho biết rằng đã đo xong nhiệt độ

### ***Đo nhiệt độ ở tai***

Đề đo nhiệt độ ở tai là một phương pháp hữu ích với một cách sử dụng hiệu quả của thiết bị hiện đại nếu người sử dụng sẵn sàng chi phí cho thiết bị. Đo nhiệt độ ở tai là một phương pháp nhanh chóng. Điều này rất phổ biến và phổ biến ngay cả với những trẻ em lớn, thời gian đo là chỉ mất mấy giây là nhật kế đã cho biết kết quả nhiệt độ cơ thể.

Nhiệt độ đo ở tai thì kết quả thấp hơn đo ở trực tràng khoảng 0,5 độ C. Bạn nên biết rằng các nhật kế cũng có thể có các thiết lập khác nhau và nếu như vậy, rõ ràng là nên chọn một cái thích hợp cho trẻ em

Nhiệt kế đo ở tai cũng cần sử dụng đúng cách để cung cấp cho một kết quả chính xác. Hãy vui đọc kỹ hướng dẫn sử dụng trước khi dùng. Nguyên nhân phổ biến của các phép đo có sai sót là nhiệt độ của nhật kế không đánh giá được trong sự thực cần được đo ví dụ như từ màng nhĩ, nhưng lại có kết quả nhiệt độ từ một nơi khác trong ống tai. Để đo cho đúng, thì bạn cần kéo phần tai trên của trẻ nhẹ ngược lên trên trong thời gian bạn đo nhiệt độ. Như vậy bạn tạo lỗ tai trẻ ra hình chữ S và làm lỗ tai kên lên và nhật kế có thể đo nhiệt độ ở trong màng nhĩ. Hãy yêu cầu nhân viên bán hàng nơi bạn mua nhật kế tư vấn cho bạn về cách sử dụng nhật kế tại cửa hàng nơi bạn mua nhật kế.

### ***Nhiệt độ đo ở dưới nách***

Cuối cùng thì nhiệt độ cũng đo được ở dưới tay ở nách. Thử nghiệm này không được khuyến cáo để đo cho các trẻ em nhỏ, bởi vì những trẻ nhỏ không thể nằm yên lâu dài để đủ thời gian, và cũng có thể làm tổn thương trẻ bằng nhật kế nếu chúng di chuyển quá nhiều. Đo nhiệt độ ở nách thì phải để đầu nhật kế sâu vào trong nách trong khoảng 10 phút. Nhiệt độ thấp hơn đo ở trực tràng khoảng 1 độ C.

### **Tại sao trẻ em bị sốt**

Sốt là cơ chế bảo vệ của cơ thể chống lại vi rút và vi khuẩn. Cơ thể cố gắng tạo ra nhiệt độ nóng để vi rút và vi khuẩn không tồn tại. Do đó sốt giúp đỡ chống lại các bệnh tật

### **Làm điều gì nếu trẻ em bị sốt?**

Hãy cho bé uống thật nhiều. Bé cần uống nhiều nước hơn bình thường, bởi vì cơ thể của em bé bị đốt cháy nhiều hơn và ra mồ hôi nhiều ở nhiệt độ cơ thể cao. Hãy cho bé uống từng ít từng ít nước mỗi lần, những hãy thường xuyên hơn, có thể chỉ mỗi lần một thìa cà phê nhỏ. Nếu bạn có thể cho con của bạn uống đủ nước thì không có vấn đề gì cả mặc dù con của bạn không ăn uống nhiều trong vài ngày qua.

Em bé cần nghỉ ngơi. Nếu bé bị sốt cao thì cũng có một nhu cầu lớn hơn cho phần còn lại là nghỉ ngơi và ngủ. Nếu em bé đỡ hơn thì có thể chơi đồ chơi, mà không cần phải nằm ở suốt ở trên giường. Nhưng em bé cũng cần có thời gian để nằm nghỉ ngơi



Hãy để con bạn nằm mát. Làm mát có thể là một cách tuyệt vời để giảm sốt. Lúc trẻ sốt ở nhiệt độ cao thì trẻ chỉ cần có một tã lót hoặc một quần áo lót là đủ, đó cũng là một cách tốt nhất để giảm sốt cho trẻ. Hãy để ý không để cho phòng quá nóng nơi em bé có mặt ở đó, phòng đó có thể để lạnh nhưng không được lùa gió. **Sốt sẽ KHÔNG đổ mồ hôi ra!**

Nếu trẻ ớn lạnh và tăng sốt cao cùng một lúc, thì sẽ cần một cái chăn hay một tấm mền đắp người trong thời gian sốt. nhưng khi nhiệt độ ổn định, và em bé bắt đầu toát mồ hôi, thì sẽ phải để cho trẻ mát.

### **Thuốc giảm sốt**

Nếu bạn muốn dùng thuốc để giảm sốt thì bạn hãy tư vấn với nhân viên ở văn phòng bảo vệ sức khỏe trẻ em hoặc ở chăm sóc tư vấn y tá ở trung tâm y tế hoặc dược sĩ ở tiệm thuốc tây. Ở những nơi đó bạn có thể biết những gì được sử dụng cho trẻ em và những liều lượng thích hợp. Liều lượng thuốc phù hợp vào tuổi và trọng lượng của trẻ.

### **Chăm sóc**

Trẻ em bị bệnh thường mệt mỏi và dễ cáu kỉnh. Các em bé thường ngủ rất nhiều và khi chúng thức giấc thì chúng luôn muốn cha mẹ ở cùng với chúng. Chúng có thể làm nũng rất nhiều và thực sự thì em bé hoàn toàn được cho phép để cho một chút ít làm nũng trong thời gian chúng bị bệnh. Hãy đọc sách với các bé, hãy chơi với con và ngồi cạnh chúng. Thời gian này không phải là thời gian để dạy bảo con. Bệnh của trẻ thường nhanh khỏi và lúc đó trẻ sẽ lại trở lại bình thường như trước đây.

### **Khi nào thì cơn sốt nguy hiểm?**

Hãy nhìn đầu tiên vào con của các bạn và sử dụng cảm giác chung của bạn

- Nhìn con bạn có vẻ mệt mỏi(mệt lử)
- Nhìn con bạn giống có bệnh
- Con của bạn không giống bình thường?
- Nếu câu trả lời là có, bạn có thể liên hệ với trung tâm y tế, giám định sức khỏe, hoặc bác sĩ

Nếu bạn có em bé dưới ba tháng tuổi mà bị sốt thì yêu cầu bạn liên lạc giám định sức khỏe ở trung tâm y tế, nhân viên y tế hoặc bác sĩ. Nếu em bé khóc liên tục không chịu nguôi, và đánh thức em bé dậy khó khăn, thì bạn cũng cần liên hệ tới bác sĩ. Nếu sốt cao quá 38,5 độ C trong hơn ba ngày thì yêu cầu được gặp khám bác sĩ.

Con của bạn có những triệu chứng khác hơn triệu chứng sốt, như những triệu chứng được nhắc dưới đây, bạn nên liên hệ tới giám định sức khỏe ở trung tâm y tế, nhân viên y tế hoặc bác sĩ:

- Đau cứng ở gáy, có thể là dấu hiệu của bệnh viêm màng não. Đây là một sự không bình thường
- Ảo giác
- Phát ban đỏ
- Khó thở
- Động kinh
- Ói mửa hoặc tiêu chảy kéo dài
- Viêm amidan mãn tính
- Bị đau khi đi tiểu, hoặc đi tiểu thường xuyên. Đây có thể là một bệnh nhiễm trùng đường tiết niệu
- Các bệnh khác, hoặc nếu trẻ đã được phẫu thuật thời gian mới đây

### **Sốt giật (sốt giật động kinh)**

Tất cả các trẻ em có thể bị sốt giật nếu bị sốt tăng quá cao đột ngột. Nó thường xảy ra vào những năm đầu lúc trẻ được khoảng 3 – 4 tuổi nhưng cũng chỉ có một tỷ lệ phần trăm nhỏ bị sốt giật.

Có lẽ bởi vì họ có một ngưỡng giật thấp hơn những người khác, có nghĩa là nó không cần thiết nhiều trước khi trung tâm của não gây nên các cơn động kinh, kích động, Sốt này được kết hợp với những nhiễm trùng mà tất cả các trẻ em đều bị trong thời gian phát triển của họ, đặc biệt là bệnh đường hô hấp và bệnh ở trẻ em.

Trẻ em có thể có một mức độ xu hướng yếu tố di truyền sốt co giật ở cha, mẹ. Trẻ bị sốt co giật cũng phụ thuộc vào việc trẻ thường bị nhiễm trùng, và có xu hướng để sốt cao. Khoảng 4 trong 10 trẻ em đã bị một lần sốt co giật thì có thể lại bị lại lần nữa. Nhưng điều này thay đổi từ trẻ này đến trẻ khác. Các nguy cơ để trẻ bị thêm một lần sốt co giật nữa là cao khi mà có yếu tố di truyền, thường có bệnh sốt, và nếu lần đầu bị sốt co giật kích hoạt bởi một nhiệt độ tương đối thấp (dưới 39 độ C)

### **Làm thế nào để biết bệnh?**

Khi bắt đầu cơn co giật thì đứa trẻ mất ý thức và với cơ thể, tay và chân cứng đờ lại. Đầu bị ngửa lại đằng sau, và ở tay và chân bạn có thể nhìn thấy bị ép cơ bắp. Da bị mất màu hoặc có thể bị có màu xanh. Sau cơn tấn công co giật kết thúc sau vài ba phút. Đứa trẻ trở nên ủ rũ và dần dần thì làn da sẽ trở lại màu sắc bình thường của nó và ý thức cũng bắt đầu trở lại. Một vài trẻ em tỉnh lại sớm ngược lại những em khác thì mệt mỏi và u rũ một lúc lâu sau khi bị sốt co giật. Mặc dù cơn co giật chỉ có một vài phút, nhưng có cảm giác thời gian dài như là cả một cõi đời cho người trong cuộc. Co giật ở trẻ em luôn luôn là một kinh nghiệm đáng sợ

### **Làm những gì nếu trẻ bị co giật do sốt?**

Bạn không làm gì trong lúc cơn co giật xảy ra. Nếu em bé bắt đầu ói mửa thì bạn nên nhẹ nhàng chuyển em bé nằm nghiêng, có thể để đầu em bé thấp xuống. Điều này ngăn cản ói mửa sẽ không đi vào phổi của em bé.

Trước kia thì mọi người thường để một cái thìa vào miệng của trẻ để trẻ không cắn vào lưỡi của mình trong cơn co giật hoặc mê. Nhưng điều đó không phù hợp. Khi đó có nguy cơ răng bị vỡ và điều đó thì rất tồi tệ hơn nhiều so với một vết cắn vô tội vào lưỡi hoặc môi.

Khi các cơn co giật đã qua, đặt em bé ở vị trí phục hồi

Khi bị một cơn sốt co giật hãy liên lạc với nhân viên trung tâm y tế hoặc bác sĩ. Nếu cơn co giật kéo dài hoặc bị nhiều cơn co giật liên tiếp, bạn hãy gọi xe cứu thương qua số điện thoại 112

Nếu trẻ bị sốt co giật lần đầu tiên, cần được nhập viện. Nếu trước đây đã bị co giật do sốt, thì không cần thiết, nhưng cũng là một ý tưởng tốt để bác sĩ kiểm tra con của bạn. Điều quan trọng cần lưu ý là co giật do nhiễm trùng bởi virus vô hại. Nếu trẻ bị co giật do sốt từ trước thì các bậc cha mẹ sẽ nhận được những lời khuyên bảo về cách họ sẽ phải làm gì nếu bị những trường hợp cơn co giật mới.

Nếu trẻ bị sốt điều quan trọng là hãy để em bé mát bằng cách cởi quần áo em bé ra và đắp cho em bé một vỏ chăn (mền) mỏng trên người. Bạn có thể mở cửa sổ (hãy để ý không nên để lạnh quá) và bạn có thể cho em bé đồ uống lạnh. Hãy dỗ dành em bé! Một số bác sĩ thường

khuyến trẻ dùng thuốc hạ sốt. tuy nhiên, điều quan trọng là bạn phải sử dụng thuốc **đúng liều lượng**.

Cơ giật do sốt tương tự như bị động kinh, nhưng rất hiếm khi liên quan với căn bệnh này.

### **Dự đoán(về sự tiến triển của bệnh)**

Mặc dù cơn sốt cao cơ giật xuất hiện rất bạo lực và kịch tính, rất ít khi dẫn đến bất kỳ ảnh hưởng lâu dài

Nếu con của bạn đã bị cơn sốt cơ giật thì bạn hãy nói chuyện với bác sĩ về những việc cần làm nếu con của bạn bị sốt trong thời gian tới. Gần một nửa số trẻ có thể bị cơn cơ giật mới khi mà chúng lại bị sốt. Nhưng dần dần làm giảm nguy cơ và sẽ hết khi trẻ đã được 3 – 4 năm tuổi

### **Bệnh thủy đậu**

Căn bệnh này được gây ra bởi một loại zoster virus có tên là thủy đậu. Thủy đậu là một bệnh rất dễ lây trong hầu hết các trường hợp đều liên quan đến trẻ em.

Nó làm cho ngứa ngáy và phát ban ngứa với mụn nước. Bệnh thường là lành tính.

### **Bạn bị bệnh thủy đậu như thế nào?**

Bạn đang bị nhiễm zoster virus và việc đó được lây lan từ người sang người, với hình thức tiếp xúc trực tiếp với người bị thủy đậu, và với hình thức dạng những giọt chuyển trên không khí.

Một người bắt đầu bị nhiễm và khoảng 3 ngày thì phát ban ngứa, và đồng thời những mụn nước đã bắt đầu khô. Mất khoảng 10-20 ngày từ lúc bắt đầu bị nhiễm bệnh đến khi bệnh bùng phát.

### **Dấu hiệu của bệnh thủy đậu là gì?**

- Theo quy luật thì thường bắt đầu phát ban ở dưới bụng và lưng đồng thời ở mặt, và sau đó thì lây lan ra chân tóc, tay và chân. Cũng có thể lan cả ra đến những niêm mạc, đặc biệt là ở miệng và ở nơi bộ phận sinh dục.
- Phát ban thường ngứa.
- Phát ban bắt đầu là những đốm nhỏ màu đỏ, và trong khoảng thời gian một vài giờ phát triển thành mụn nước. Sau 1-2 ngày chuyển mụn nước thành dạng lớp có vò.
- Thủy đậu có thể hình thành các mụn nước mới trong 3-6 ngày.
- Số lượng mụn nước thủy đậu là rất khác nhau so với người này sang người khác.
- Không ngoại trừ khả năng sốt.
- Trẻ em thường hơi mệt một chút
- Người lớn thường bị bệnh nặng.
- Cho đến khi sự bùng phát của căn bệnh này, thì có thể bị sốt và có thể hôn mê, mệt mỏi.
- Các chuyên gia y tế có thể làm việc chuẩn đoán dựa trên dấu hiệu của bệnh.



### **Ai là người có nguy cơ bệnh**

Những phụ nữ có thai mà vẫn chưa bị bệnh thủy đậu, và người bị suy giảm hệ thống miễn dịch, ví dụ như trẻ em bị bệnh bạch cầu(máu trắng) hoặc những người có HIV.



Tương tự như vậy, cũng có cảnh báo tới những người dùng thuốc ức chế miễn dịch. Những người có nguy cơ bị nhiễm varicella zoster – globulin miễn dịch nên tránh/ dễ dàng tạo thuận lợi cho việc lây bệnh thủy đậu.

Từ nhiều năm trước tới nay có một loại vắc xin sống động lực với hiệu quả bảo vệ cao

### **Lời khuyên tốt**

- Hãy cẩn thận nhận biết rằng người lây bệnh cho tới khi những mụn thủy đậu đóng vảy và nó không còn phát sinh ra mụn thủy đậu mới. người bị bệnh thủy đậu phải được giữ ở nhà cho tới khi đó.
- Tránh gãi các mụn nước thủy đậu vì có nguy cơ gây viêm nhiễm.
- Hãy thật cẩn thận với vệ sinh cá nhân
- Bao bọc bằng chất lạnh có thể giảm bớt ngứa.
- Hãy giữ mát cho người bệnh khi nhiệt và mồ hôi có thể gây ngứa.

### **Triển vọng trong tương lai**

Quá trình này thường là lành tính. Bệnh thường kéo dài 7-10 ngày ở trẻ em và người lớn. Tương tự như vậy nhưng người lớn thường bị các biến chứng nhiều hơn so với trẻ em, nhưng điều đó là rất hiếm.

Nếu bạn đã một lần trong đời bị bệnh thủy đậu thì bạn đã trở nên miễn dịch với căn bệnh này suốt đời (bạn có kháng thể kháng lại căn bệnh này cho đến suốt cuộc đời). Tuy nhiên sau này bạn có thể bị bệnh giời leo, một người bị bệnh giời leo có thể lây nhiễm cho người khác để bị bệnh thủy đậu.

### **Những biến chứng gì có thể xảy ra?**

- Bệnh sung viêm bàng quang.
- Viêm mắt hay viêm phổi.
- Rất hiếm gặp ở bệnh thủy đậu biến chứng phức tạp bao gồm viêm não, viêm cơ tim hoặc hội chứng Reyes.

### **Làm như thế nào để trị bệnh thủy đậu?**

Việc điều trị chủ yếu vào giảm các triệu chứng. Ngứa có thể được thuyên giảm, như được mô tả theo "lời khuyên tốt". Tương tự như vậy, có những hình thức khác nhau của các loại thuốc để sử dụng ngoài da, bao gồm dầu thoa bóp bằng kẽm và các loại thuốc gây tê cục bộ, mà làm giảm ngứa và làm dịu trong một vài giờ. Khi sử dụng gây tê khu vực thì nên nhận thức rằng nó sẽ có thể làm khó chịu một chút.

Sự bùng phát thủy đậu có thể làm ngứa ngáy dữ dội và làm mất giấc ngủ của em bé đến mức độ bất khả. Khi đó bạn có thể cho em bé uống thuốc kháng histamin mà có tác dụng thuốc ngủ. (Thuốc kháng histamine là một loại thuốc chống lại các bệnh dị ứng, say tàu xe và mất ngủ)

### **Sốt ban đỏ**

Sốt ban đỏ là do vi khuẩn có tên gọi là khuẩn cầu chuỗi (streptococcus) và vi khuẩn này tạo ra phát ban ở da kết hợp với sự nhiễm trùng ở cổ

Bệnh này thường gặp ở trẻ em, nhưng cũng có thể bị nhiễm bệnh ở mọi lứa tuổi. Đặc điểm của bệnh này là triệu chứng phát ban da và "lưỡi dâu tây", điều đó muốn nói rằng lưỡi của bạn

bị sưng tấy, đỏ và bị vỡ đỏ. Bệnh thường lành tính nếu trẻ được điều trị bằng thuốc kháng sinh.

### **Nguyên nhân gây bệnh sốt ban đỏ?**

Liên cầu khuẩn lây nhiễm bằng cách liên hệ trực tiếp hoặc thông qua các giọt nước trong không khí. Thời kỳ ủ bệnh là 2-4 ngày.

Sốt ban đỏ cũng có thể gây ra bởi viêm họng mà cũng gây ra bởi Streptococcus, nhưng các phát ban đặc trưng cũng có thể được kết hợp với nhiễm liên cầu khuẩn ở bộ phận khác của cơ thể, chẳng hạn như da. Sốt ban đỏ được xem như là một phần của một nhiễm liên cầu, và không phải là một căn bệnh độc lập. Các vi khuẩn sản xuất ra các chất gây phát ban và cơ thể sản xuất kháng thể chống lại họ, có nghĩa là bạn có thể bị ban đỏ một lần trong đời.

### **Các triệu chứng của bệnh là gì?**

- Viêm họng với đau họng, đau khi nuốt và bị sốt.
- Phát ban mà được bắt đầu ở trên mặt, chỉ khu vực xung quang miệng là không bị phát ban, lây lan ra cơ thể, tay và chân. Và sẽ hết sau khoảng 3 đến 5 ngày.
- "Lưỡi dâu tây", lưỡi rất đỏ và nó làm cho ta nhớ tới một trái dâu
- Sau ba đến năm ngày thì bắt đầu khô vò, trên cơ thể và một phần trên lòng bàn tay, chân.

### **Lời khuyên tốt**

- Khi bắt đầu có dấu hiệu viêm cổ họng, sốt và phát ban đỏ trên cơ thể, yêu cầu bạn nên đi tư vấn tại giám định y tế ở trung tâm y tế, hoặc nhân viên y tế hoặc bác sĩ.
- Bạn có thể làm giảm đau cổ họng khi bạn nuốt bằng cách hãy uống nhiều chất lỏng ấm và ăn thực phẩm nhuyễn.
- Uống thật nhiều

### **Làm thế nào để điều trị bệnh sốt ban đỏ?**

Bác sĩ sẽ thực hiện một chuẩn đoán dựa vào triệu chứng bệnh và bằng cách lấy thí nghiệm vi khuẩn từ cổ họng. Streptococcus điều trị bằng thuốc kháng sinh. Nếu bạn bị dị ứng với Penicillin thì sẽ được điều trị với Eytromycin.

Bệnh tình này thường là bệnh lành tính và sẽ khỏi bệnh trong khoảng một tuần. Ban đỏ biến mất nhanh chóng, đặc biệt với những bệnh nhân được điều trị bằng thuốc kháng sinh.

### **Viêm amidan (viêm hạch hạnh nhân)**

Viêm amidan là một rối loạn mà chủ yếu là nội địa hóa các amidan và các khu vực xung quanh. Cả hai vi rút và vi khuẩn đều có thể là lý do gây ra viêm amidan. Đó cũng là một phần của chính căn bệnh của nó, nhưng cũng xem như là một phần lây sang những căn bệnh khác ví dụ như sốt viêm hạch. Cấp tính gây viêm nhiễm HIV, hiếm có

Bệnh này thường ảnh hưởng đến trẻ em và người trẻ tuổi, nhưng cũng có thể xảy ra ở mọi lứa tuổi, đặc điểm chính của nó là đau ở cổ họng và đau đớn khi nuốt. Nếu căn bệnh này là do vi khuẩn gây ra thì được điều trị bằng thuốc kháng sinh. Bệnh thường là lành tính.

### **Bạn bị bệnh viêm amidan như thế nào?**

Bạn bị viêm amidan bằng cách lây nhiễm với các vi khuẩn hoặc virút. Viêm amidan có thể là do virút gây ra bởi một số virút ở đường hô hấp và virút Epstein-Barr mà cung cấp tổng sung hạch bạch huyết, hầu như luôn luôn ngay cả hạnh nhân đáng kể. Nhiễm trùng lây lan trong vi thể nhỏ giọt từ đường hô hấp bị nhiễm bệnh.

Nguyên nhân quan trọng nhất trong số các vi khuẩn gây ra amidan là nhóm A Streptococcus. Nhiễm trùng lây truyền qua những giọt trong không khí, những cũng có thể lan truyền bằng cách tiếp xúc với da. Thời kỳ ủ bệnh để virus gây bệnh amidan là rất dài, sốt tuyền (bệnh tăng bạch cầu đơn nhân nhiễm khuẩn) lên đến sáu tuần.

### **Các triệu chứng của bệnh amidan là gì?**

- Đau họng, đau đớn khi nuốt(cũng có thể đau đớn ra cả tai)
- Đỏ tấy ở cổ họng, hạch hạnh nhân to ra, thường có lớp bao phủ.
- Sốt.
- Làm to các tuyến bạch huyết ở cổ.
- Khi viêm amidan gây ra bởi liên cầu khuẩn thì có thể có một vài những mụn nước nhỏ trên hạch hạnh nhân và trên vòng miệng mềm. Những mụn nước sẽ vỡ trong vòng một vài ngày và sẽ có những vết thương nhỏ. Vết thương có thể rất đau
- Trong khi bị viêm amidan do liên cầu khuẩn gây ra, nó thường làm to đại hạnh nhân sơn với lớp bao phủ, đỏ niêm mạc sau cổ họng, luôn luôn bị đau họng, thường là sốt cao và dần dần dẫn đến là hơi thở hôi. Bạn có thể rất mệt mỏi(mệt lử) trong khi bị bệnh này.

### **Lời khuyên tốt**

- Các triệu chứng của viêm amidan bị sốt và nói chung là khó chịu, bạn hãy liên lạc đến giám định sức khỏe ở trung tâm y tế, nhân viên y tế hoặc bác sĩ.
- Nuốt khó khăn đôi khi thuyên giảm với thức uống nóng và chế độ ăn uống chất lỏng, nhưng bạn cũng có thể thử với những đồ uống lạnh hoặc ví dụ như kem.
- Hãy uống nhiều.

### **Sự tiến triển bệnh**

Viêm amidan thường là bệnh lành tính và bạn sẽ khỏi bệnh trong vòng 1 – 2 tuần. Trong liên cầu khuẩn gây ra viêm amidan có thể gây phát ban (ban đỏ), và các biến chứng ví dụ như áp – xe (chảy máu) trong hạch hạnh nhân bị đau nặng, thường chỉ một bên, nhiễm trùng tai và viêm xoang.

### **Điều trị bệnh viêm amidan như nào và những thuốc gì có thể sử dụng?**

Bác sĩ chuẩn đoán dựa vào triệu chứng lâm sàng, lấy thí nghiệm tằm bông họng (ủ nuôi cấy và/ hoặc các xét nghiệm nhanh cho Streptococcus), và có thể xét nghiệm máu.

Viêm amidan do vi khuẩn gây ra phải được điều trị bằng thuốc kháng sinh. Virus gây ra viêm amidan điều trị không đơn giản, nó không tự giảm bệnh trong 1-2 tuần mà ngoại trừ sốt tuyền, có thể mất vài tháng trước khi bạn cảm thấy khỏe mạnh.

### **Viêm-RS**

RS-virus là viết tắt của virus tạo đàm hệ hô hấp. RS virus phổ biến nhất trong mùa đông và đầu mùa xuân; sau đó là lý do phổ biến nhất mà trẻ nhỏ bị viêm phế quản cấp tính.

Trẻ em có thể rất mệt mỏi (mệt lử) và đó cũng có thể là điều cần thiết để đưa chúng vào bệnh viện. Tuy nhiên gây tử vong là vô cùng hiếm hoi của căn bệnh này, và hầu hết các trẻ em phục hồi mà không còn di tích của bệnh.

RS-virus thường lây nhiễm từ người này sang người khác khi tiếp xúc bằng tay. Người lớn hay trẻ lớn thì bị cảm lạnh thông thường.

### **Triệu chứng**

Triệu chứng bắt đầu với sự chảy mũi và em bé hắt hơi. Sau đó thì em bé bị sốt và ho mà ảnh hưởng đến đường hô hấp. Triệu chứng thường phát triển trong vòng một vài giờ. Các giai đoạn nguy hiểm nhất thường là hai, ba ngày sau khi triệu chứng ho bắt đầu. Những đường khí quản nhỏ ở trong phổi bị ảnh hưởng và đường hô hấp có thể bị co thắt và làm khó chịu. Có tiếng khò khè trong ngực, và thở hỗn hển, mặt xanh nhạt và trẻ em thường dễ bị thâm tím khu vực xung quanh miệng và dưới móng tay, đó cũng là những dấu hiệu của bệnh đã trở nên trầm trọng. Trẻ em dưới sáu tháng tuổi có thể rất khó chữa bệnh, và thở hỗn hển sẽ làm cho các em bé chỉ ngủ được những giấc ngủ ngắn.

Những hình ảnh bệnh lâm sàng điển hình. Từ một mẫu thử nghiệm nhanh từ mũi có thể phát hiện nhanh chóng tạo đàm virút. Trong một hoàn cảnh dịch bệnh điều này là không cần thiết.

### **Điều trị**

Trẻ em dưới sáu tháng tuổi thường phải nhập viện nếu họ bị nhiễm RS virus. Điều này đặc biệt nếu trẻ bị khó thở và do đó có thể khó ăn, uống và ngủ. Trẻ lớn hơn thường có thể chăm sóc tại gia. Kháng sinh không có hiệu lực cho căn bệnh này, bởi vì nó là căn bệnh nhiễm virus. Một số trẻ em có thể sử dụng sử dụng thuốc làm rộng các ống phế quản. Trẻ em thường cần phải thở bằng oxy. Nếu cơ thể trẻ bị mất nước thì có thể là cần thiết để tiếp nước vào cơ thể qua ven bằng dạng dung dịch.

### **Dự báo**

Ngay cả khi bệnh đã khỏi hơn một tuần, thì vẫn có nhiều trẻ em tiếp tục ho trong một thời gian dài, đặc biệt là khi bị cảm lạnh.

### **Phòng bệnh**

Trẻ em dưới sáu tháng tuổi không được gần gũi với những người bị cảm lạnh. Điều quan trọng là vệ sinh tay sạch sẽ bằng xà phòng (xà bông) trước khi chuẩn bị đồ ăn thức uống, ăn uống, sau mỗi lần đi vệ sinh và mỗi lần khi bị dơ bẩn. Điều này đặc biệt khuyên cáo chú trọng trong những tháng mùa đông và nếu em bé yếu bởi lý do sinh ra quá sớm, hay ví dụ như bị khuyết tật tim. Có vắc xin tiêm phòng dành cho những nhóm người có nguy cơ nhiễm bệnh.

Nuôi con bằng sữa mẹ có thể bằng một số cách có tác dụng phòng chống bệnh nhiễm trùng đường hô hấp, kể cả RS virus.

### **Sốt 3 ngày**

Sốt trong ba ngày là một bệnh truyền nhiễm phổ biến và tương đối nhẹ, thường thì những em bé mới trong vòng một tuổi, Thường thường trước 2 tuổi. Nguyên nhân là do virút gây ra.

### **Triệu chứng**

Sốt cao 39 - 40 độ C trong 3 - 4 ngày, thỉnh thoảng sổ mũi và ho nhẹ. Mặc dù sốt nhưng tương đối là không ảnh hưởng tới trẻ lắm. Khi giảm sốt thì có xuất hiện những nốt đỏ nhỏ phát ban (to từ 2 - 3 mm) ở trên phần bụng và lưng và cũng có thể lây lan đến cổ, bên ngoài cánh tay và đùi. Phát ban đỏ mất dần sau một vài ngày.

Chuẩn đoán theo thời gian phát sinh của bệnh. Điều trị nhiễm virút thì không có. Quan trọng là bạn nên đảm bảo thức uống của trẻ và mặc quần áo mát mẻ.