**BỆNH TAY CHÂN MIỆNG - NHẬN DIỆN VÀ CHĂM SÓC TRẺ BỆNH**

**Bệnh tay chân miệng là một bệnh thường gặp ở trẻ nhỏ và rất dễ lây lan. Đa phần trẻ mắc bệnh sẽ tự khỏi. Một số nhỏ có thể có biến chứng ảnh hưởng tới não bộ, tới tim…**



Ảnh: dấu hiện bệnh tay chân miệng (nguồn internet)

**Diễn tiến và biến chứng có thể xảy ra của bệnh tay chân miệng là gì?**

Diễn tiến của bệnh tay chân miệng là ban đầu sẽ nổi bóng nước. Nếu bóng nước ở trong miệng thì vỡ ra thành vết loét, còn bóng nước ở lòng bàn tay, lòng bàn chân, gối, mông thì thường không bị vỡ ra và sau đó sẽ khô dần. Diễn tiến bệnh thường kéo dài từ 5 đến 7 ngày, có thể nhiều hơn 10 ngày. Sau đó thì bóng nước có thể tự khô, tự ổn định và tự khỏi.

Tình huống tự khỏi của trẻ mắc bệnh tay chân miệng chiếm khoảng trên 90% trường hợp. Còn lại một số nhỏ có thể có một số biến chứng như ảnh hưởng tới não bộ, thân não, gây ra suy hô hấp, ảnh hưởng tới tiêm gây ra viêm cơ tim, suy tim, gây phù phổi cấp…

Cần mang ngay trẻ đến bệnh viện khi phát hiện các dấu hiệu của biến chứng vì thời gian giữ lại mạng sống cho trẻ khi có biến chứng lên não khoảng 6-12 tiếng.

**Dấu hiệu nào để nhận biết con mình đang bị biến chứng?**

Thông thường các biến chứng thường xuất hiện vào ngày thứ 3 - thứ 5 của bệnh, tức là sau khi nổi vết loét chỗ bóng nước. Dấu hiệu chính là trẻ là bị thay đổi giấc ngủ, giật mình, chới với.

·   Nếu nhẹ thì em bé khi thiu thiu ngủ sẽ bị giật mình, ngồi dậy chơi thì bình thường.

·   Độ nặng hơn một chút là em bé vừa nằm ngã ra là sẽ giật mình, chới với.

·   Nặng hơn nữa là khi bồng trên tay, trẻ vẫn giật mình chới với.

Lúc này nên chú ý trong lòng bàn tay có nổi nốt hay không, miệng thì loét hay không, vài ngày trước trẻ có than đau miệng, chảy nước bọt hay không. Đó là những dấu hiệu cần quan sát để phát hiện sớm biến chứng.

**Cần chăm sóc trẻ bị bệnh tay chân miệng như thế nào?**

Cách chăm sóc trẻ bị bệnh tay chân miệng thì chủ yếu liên quan đến chế độ ăn, bởi vì khi trẻ bị tay chân miệng sẽ rất khó ăn. Nên chú ý cho trẻ ăn những thức ăn lỏng, dễ tiêu. Nếu miệng đau nhiều thì phai đi khám bác sĩ để cho thuốc giảm đau vùng miệng. Nếu chăm sóc tốt thì 5-7 ngày, trẻ sẽ khỏi bệnh.

Tuy nhiên, quan trọng nhất vẫn là phát hiện sớm biến chứng với các dấu hiệu giật mình, thay đổi giấc ngủ. Nếu để trễ hơn trẻ có thể thở mệt, co giật, rồi mạch nhanh, không bắt được mạch.

**Làm gì để phòng ngừa bệnh tay chân miệng?**

Bệnh tay chân miệng chưa có vắc-xin phòng ngừa. Đây là bệnh lây qua đường tiêu hóa nên quan trọng nhất vẫn là giữ vệ sinh. Ngoài việc ăn sạch, uống sạch thì cần chú ý bệnh có thể lây qua những dụng cụ sinh hoạt như chén, ly, đồ chơi của trẻ nên phải vệ sinh những vật dụng này. Những người chăm sóc trẻ cần đảm bảo vệ sinh cho bàn tay, rửa tay thường xuyên để không mang vi-rút lây bệnh cho trẻ.

**BS. Trương Hữu Khanh - Bệnh viện Nhi Đồng 1**

**Nguồn:** https://hcdc.vn/hoidap/index/chitiet/edd2ebc62f097fe36b70b74542262784