

## Hướng dẫn cách chăm sóc trẻ sơ sinh

Hiện tượng này thường gặp ở trẻ mới đẻ, có thể là sinh lý và cũng có thể là dấu hiệu bệnh lý.

### Nôn trớ khi mới đẻ

Hiện tượng này thường gặp ở trẻ mới đẻ, có thể là sinh lý và cũng có thể là dấu hiệu bệnh lý.

*Nôn trớ sinh lý:* Trong những giờ đầu sau sinh, trẻ nôn trớ nước ối, dịch bản mà trẻ nuốt phải trong quá trình chuyển dạ thì chỉ cần đặt trẻ nằm nghiêng, đầu hơi cao để chất dịch trớ ra không bị sặc vào đường hô hấp chứ không phải điều trị gì. Đôi khi trẻ trớ do cách ngậm bắt vú và bế trẻ không đúng, vài ba tháng sau, trẻ lớn dần và môn vị được đóng kín khi co bóp thì sẽ hết hẳn.

*Nôn trớ bệnh lý:* Thường xuất hiện ngày 8 - 10 sau sinh. Trẻ nôn nhiều, nôn vọt, ăn vào lại nôn, sụt cân thì phải đưa trẻ khám tại bệnh viện.

### Quần tã cho trẻ

Tã phải là vải mềm, dễ thấm nước. Khố lót bằng vải xô mềm, số lượng nhiều hơn là tã, khi khố lót ẩm ướt là phải thay ngay sẽ sạch và dễ chịu cho trẻ. Hiện nay, nhiều bà mẹ dùng bím cho trẻ cũng rất tiện lợi, đỡ mất thời gian giặt, đêm mẹ không phải dậy nhiều lần để thay tã nhưng loại bím này rất đắt tiền và bím có chất nilon, nếu đóng lâu sẽ làm trẻ ngứa ngáy, khó chịu và chất thải đọng lâu trong bím dễ gây nhiễm khuẩn tiết niệu ngược dòng. Cách quần tã chỉ qua bụng cho 2 tay trẻ tự do, quần vừa khít chỉ đủ rộng để nhét 1 ngón tay của bạn sẽ dễ chịu cho trẻ.

### Cách bế trẻ

Trẻ mới đẻ, cơ cổ còn yếu, chưa đỡ nổi đầu thì phải bế trẻ cho thẳng đầu, lưng, mông, không để chân tay của trẻ buông thõng xuống. Khi bế trẻ lên hoặc đặt xuống phải làm từ từ, nhẹ nhàng, đừng để trẻ có cảm giác bị thay đổi đột ngột khiến trẻ hoảng hốt, sợ hãi.

### Tiêm phòng

*Vitamin K:* thiếu vitamin K dễ gây xuất huyết nội tạng, nhất là xuất huyết não - màng não nên hiện nay, ngay sau đẻ, trẻ được uống 1mg vitamin K hay tiêm bắp 1mg.

*Tiêm phòng lao:* tiêm 1 lần trong gian đoạn sơ sinh.

*Uống bại liệt:* uống 1 lần trong giai đoạn sơ sinh.

### Ăn uống của trẻ

Do hoạt tính của men tiêu hóa yếu, khó tiêu hóa chất béo và tinh bột, chức năng đại tràng chưa hoàn thiện nên thức ăn vẫn chuyển nhanh, hấp thụ nước trở lại yếu, khả năng miễn dịch yếu, tiết ít IgA - một loại globulin miễn dịch, trẻ có nguy cơ viêm ruột non nên sữa mẹ là thức ăn hoàn hảo nhất, đủ dinh dưỡng và dễ hấp thụ, đặc biệt sữa non trong tuần đầu sau đẻ nhiều kháng khuẩn, vitamin A tốt cho mắt, da và tăng cường miễn dịch. Cho trẻ bú sớm trong vòng 1 giờ đầu sau đẻ, cho bú theo nhu cầu và không cho ăn thêm gì ngoài sữa mẹ, kể cả nước.

**BS. Phạm Thị Thục**

<http://suckhoedoisong.vn/cach-cham-soc-tre-so-sinh-n74552.html>