

Biện pháp xử trí nôn trớ ở trẻ em

Nôn trớ là triệu chứng hay gặp ở trẻ nhỏ, là hiện tượng thức ăn trong dạ dày bị đẩy lên thực quản rồi trào ra miệng. Nôn trớ có thể lành tính, tự khỏi khi trẻ lớn hơn. Có khi nôn trớ là biểu hiện của những bệnh lý tiêu hóa như trào ngược dạ dày thực quản, có thể là triệu chứng của bệnh lý đường hô hấp hay là bệnh lý toàn thân...

Nôn trớ đơn thuần thường liên quan đến ăn uống. Hay gặp ở trẻ nhỏ do ép trẻ ăn quá nhiều, bú quá no, nằm liền sau khi bú, hoặc không dung nạp thức ăn hoặc bắt đầu ăn bổ sung với thức ăn mới lạ, hoặc ăn nhiều quá một loại thức ăn nào đó. Nôn thường xuất hiện sớm, số lượng chất nôn ít, chủ yếu là thức ăn. Trẻ vẫn chơi bình thường, không ảnh hưởng đến tình trạng cơ thể. Do vậy, chỉ cần điều chỉnh cách cho ăn.

- Không ép trẻ ăn nhiều làm cho trẻ ngại khi nhìn thấy thức ăn.
- Khi cho một loại thức ăn mới nên cho từ ít đến nhiều, từ lỏng đến đặc, chia làm nhiều bữa nhỏ trong ngày.
- Ở những trẻ bú mẹ thì sau khi bú xong nên bế trẻ 10 - 15 phút rồi mới đặt trẻ nằm.
- Khi cho trẻ bú bình, lưu ý sao cho sữa ngập núm vú bình để tránh nuốt không khí vào dạ dày.
- Ngoài ra, có thể sử dụng thuốc chống nôn theo chỉ định của bác sĩ.

Nôn do bệnh tật: hay gặp trong các bệnh nhiễm khuẩn tiêu chảy, viêm mũi họng, viêm phổi, viêm màng não... một số bệnh ngoại khoa như lồng ruột, tắc ruột, viêm ruột non hoại tử...

Trẻ nôn đột ngột và kèm theo các triệu chứng đặc hiệu của từng bệnh. Cần đưa trẻ đến khám ở cơ sở y tế để xử trí kịp thời. Khi bé nôn nhiều cũng giống như đi tiêu lỏng, bé sẽ mất một lượng nước khá lớn. Do đó quan trọng là phải bổ sung lượng nước đã mất để cơ thể bé không mất chất điện giải. Tại nhà, có thể dùng dung dịch Oresol, nước chín hay nước trái cây loãng.

Khi bé nôn nhiều, đừng cố gắng cho bé tiếp tục uống mà cần thực hiện các biện pháp sau:

- Lưu ý: tư thế khi bé nôn nên để bé nằm nghiêng hoặc đỡ bé ngồi dậy, đề phòng khi bé nôn, chất nôn sẽ tràn vào khí quản, gây sặc rất nguy hiểm. Đã từng có trường hợp bé nôn trớ khi nằm ngửa, chất nôn tràn vào phổi gây ngừng thở, đến khi người nhà phát hiện đưa bé vào viện thì bé đã tím tái, không còn cứu chữa được.
- Khi đã lưu ý tư thế, thì nên chờ cho bé bớt nôn trớ, hãy cho uống một lượng nhỏ nước chín hoặc dung dịch Oresol, bé bị mất nước nhiều nên sẽ khát, khi đưa nước bé sẽ có khuynh hướng uống nhiều, sau đó sẽ nôn thốc tháo, do đó nên cho uống bằng muỗng nhỏ hoặc từng ngụm một.

- Nếu bé tiếp tục nôn nhiều, nên đưa bé đi khám. Nếu bé bớt nôn trở thì cần cho uống luân phiên 50 ml dung dịch Oresol và 50 ml nước chín sau mỗi nửa giờ. Sau khi cho bé uống loại nước này mà bé không nôn trở nữa thì cho bé bú sữa mẹ hoặc bú bình, tăng dần số lượng từ 80 - 100 ml sau mỗi 3 - 4 giờ. Nếu bé không nôn trở từ 12 - 24 giờ thì có thể cho bé ăn uống bình thường, nhưng vẫn cho bé uống nhiều nước. Bắt đầu với những thực phẩm dễ tiêu hóa như ngũ cốc hay sữa chua.

- Nên nhớ khi bé nôn nhiều tức là bộ phận tiêu hóa đang có vấn đề cần nên nghỉ ngơi cho nên phụ huynh chỉ nên cho bé uống nước để không bị mất nước, đừng nên cố gắng ép ăn, không giúp được bé mà còn làm tăng triệu chứng và bé càng quấy khóc nhiều hơn.

- Giúp trẻ ngủ sẽ làm cho bé nhanh hồi phục hơn, vì dạ dày trống trong suốt thời gian này sẽ giúp bé dễ chịu hơn. Không cho bé dùng bất kỳ loại thuốc chống nôn nào khi chưa được sự cho phép của bác sĩ.

Trường hợp trẻ nôn trở kéo dài hoặc nôn do bệnh lý mà trẻ có biểu hiện các triệu chứng như: sốt, đau bụng, lơ mơ, co giật, hay nôn ói liên tục, có dấu hiệu mất nước như: miệng khô, ít nước mắt, tiểu ít,... thì cần đưa trẻ đến ngay cơ sở y tế để được chữa trị kịp thời. Trường hợp trẻ bị sặc, đừng cố lấy tay móc thức ăn hay chất nôn ra, nên làm nghiệm pháp Heimlich ở trẻ lớn, đứng sau lưng trẻ, quàng 2 tay ra ôm lấy bụng trẻ và ấn mạnh vào, áp lực mạnh sẽ làm trẻ nôn ói ra dị vật đường thở. Ở trẻ nhỏ hơn thì nên để nằm sấp trên đùi chúng ta và vỗ mạnh vào lưng trẻ, dị vật, chất nôn sẽ được tống ra.

Sau khi tống chất nôn ói ra được, nếu bé còn mệt thì nên đưa bé đến cơ sở y tế gần nhất.