

Sốt ở trẻ em

Sốt là gì?

Sốt là khi thân nhiệt nóng hơn bình thường (trên 38 độ). Sốt là phản ứng tự nhiên của cơ thể giúp chống lại nhiễm trùng. Không nhất thiết phải điều trị nếu chỉ bị sốt, nhưng trẻ em có thể cảm thấy rất khó chịu khi sốt nặng và vì vậy có thể cho uống thuốc để giúp trẻ cảm thấy thoải mái hơn.

Trẻ bị nhiễm trùng nhẹ, gây sốt là điều bình thường. Trẻ càng nhỏ tuổi thì càng bị sốt thường xuyên hơn. Nhiễm trùng rất phổ biến khi trẻ có tiếp xúc với những đứa trẻ khác, chẳng hạn như khi chúng bắt đầu đi học hoặc đi nhà trẻ.

Thông thường trẻ em có thể bị từ 5 đến 10 lần nhiễm trùng mỗi năm và thường có 2 hoặc 3 lần liên tục. Trẻ em đi nhà trẻ sẽ bị nhiễm trùng gấp đôi mỗi năm so với những trẻ không đi nhà trẻ. Đôi khi có vẻ như trẻ không bao giờ khỏe, nhưng điều này không nhất thiết phải lo lắng. Cha mẹ thường lo lắng con mình bị vấn đề về miễn dịch, nhưng điều này thường không phải vậy.

Nguyên nhân gây sốt là gì?

Hầu hết các cơn sốt là do vi-rút như bệnh cảm thông thường. Bị nhiễm vi khuẩn thường ít khi bị sốt. Sốt KHÔNG phải do mọc răng, nhưng mọc răng có thể khiến con quý vị khó chịu hoặc dễ cáu hơn. Sốt nặng KHÔNG có nghĩa là trẻ bị nhiễm trùng trầm trọng hơn.

Điều gì thường xảy ra?

Dấu hiệu đầu tiên cho thấy con quý vị bị nhiễm trùng là chúng không còn như bình thường nữa. Sau đó, quý vị có thể nhận thấy con bị sốt, yếu sức và dễ cáu phần nào. Trẻ có thể không muốn ăn hoặc vui chơi như thường lệ. Hầu hết các loại vi-rút đều kéo dài khoảng một tuần, nhưng những ngày đầu tiên thường là thời điểm nặng nhất.

Chăm sóc trẻ bị sốt

Nếu con quý vị rất nóng và khó chịu, quý vị có thể thử các bước đơn giản dưới đây:

- Cho trẻ mặc quần áo mỏng, thoải mái – phù hợp với môi trường. Tránh môi trường mát mẻ (hoặc tắm nước lạnh) vì điều này sẽ tạo điều kiện khiến trẻ bị run rẩy, làm tăng cơn sốt.
- Chỉ cho trẻ uống paracetamol hoặc ibuprofen (cả hai đều là thuốc giảm đau) nếu con quý vị bị khổ sở hoặc khó chịu, chứ không phải chỉ để hạ sốt.
- Đừng quá lo lắng rằng con quý vị bỏ ăn (không ăn nhiều như bình thường) mà hãy đảm bảo con quý vị uống đủ nước. Hãy thử cho con uống một ít chất lỏng thường xuyên.

- Hầu hết các trường hợp bị nhiễm trùng do vi-rút không cần điều trị đặc biệt. Nhiễm trùng do vi khuẩn có thể cần uống thuốc kháng sinh và bác sĩ sẽ thẩm định nhu cầu sử dụng thuốc kháng sinh.

Khi nào cần nhờ giúp đỡ

Quý vị nên gặp bác sĩ nếu lo lắng về con mình hoặc nếu con quý vị có bất kỳ dấu hiệu nào dưới đây:

- nhức đầu hoặc đau cổ
- lừ đừ hoặc buồn ngủ hay thân thể mềm oặt
- rất dễ cáu
- có vẻ bị bệnh nặng hơn quý vị nghĩ khi bị nhiễm trùng nhẹ
- bị đau khi đi tiểu hoặc đau bụng
- phát ban
- nếu con quý vị dưới 3 tháng tuổi và bị sốt.

Nếu quý vị lo ngại về bất kỳ điều gì khác, hãy đưa con đến bác sĩ gia đình (GP) hoặc khoa cấp cứu.



Government of **Western Australia**
Child and Adolescent Health Service

Dịch vụ Y tế Trẻ em và Thanh thiếu niên
15 Hospital Avenue, Nedlands, WA, 6009.
Điện thoại: (08) 6456 2222
Soạn thảo bởi: Khoa cấp cứu
Ref: 343.13 © CAHS 2023

Chúng tôi có thể cung cấp tài liệu này theo các định dạng khác khi có yêu cầu cho người khuyết tật.

Bãi miễn trách nhiệm: Ấn phẩm này là để phổ biến thông tin và giáo dục tổng quát. Hãy liên lạc với chuyên gia chăm sóc sức khỏe chuyên nghiệp để được tư vấn y tế cần thiết.
© Tiểu bang Tây Úc, Dịch vụ Y tế Trẻ em và Thanh thiếu niên (Child and Adolescent Health Service)