

Tờ Hướng Dẫn

Bệnh Sốt (Fever)

Có thể xem tờ hướng dẫn này tại địa chỉ liên mạng internet:

www.chw.edu.au/parents/factsheets/feverj.htm

Chú ý: tờ hướng dẫn này chỉ dùng cho mục đích giáo dục. Xin hãy tham khảo ý kiến bác sĩ hoặc các nhân viên y tế khác để bảo đảm rằng những thông tin này là thích hợp cho con em của quý vị.

Bệnh Sốt là gì ?

Sốt là khi mà nhiệt độ cơ thể tăng cao hơn mức bình thường.

Nhiệt độ cơ thể của con người thường nằm trong một phạm vi rất hẹp. Thông thường thì một đứa trẻ bị sốt khi nhiệt độ của chúng lên cao hơn 37.5°C (khi lấy nhiệt độ từ miệng hoặc nách)

Trẻ bị sốt thường có vẻ mặt nóng và đỏ ửng. Trán có thể thấy nóng. Và em nhỏ cũng có thể cảm thấy nóng hoặc thỉnh thoảng ngay cả run rẩy. Tay và chân của em có thể thấy lạnh, ngay cả khi những phần thân thể khác thì nóng. Các em bị sốt thường khổ sở và mệt nhọc.

Bị Sốt là tốt hay xấu ?

Sốt là phản ứng tự nhiên của cơ thể khi bị nhiễm trùng. Sự gia tăng thân nhiệt giúp cho cơ thể chống lại việc nhiễm trùng nên không phải lúc nào cũng cần phải chữa trị bệnh sốt.

Tuy nhiên, trẻ em bị sốt thường cảm thấy khó chịu và yếu người, do đó việc đo lường để làm hạ thân nhiệt có thể là hữu ích.

Các cơn sốt, đặc biệt nếu chúng tăng nhanh có thể dẫn tới việc co giật (convulsions) ở các trẻ dưới 5 tuổi. Sự co giật tuy không nguy hiểm nhưng có thể rất đáng sợ. Giữ cho thân nhiệt của trẻ đừng lên quá cao có thể ngừa được các cơn co giật.

Điều gì gây ra bệnh sốt ?

Nguyên nhân thông thường nhất gây ra sốt là sự nhiễm trùng. Sự nhiễm trùng ở phần trên của đường hô hấp, thí dụ như cảm và cúm rất thường xảy ra, đặc biệt ở các em nhỏ thuộc lứa tuổi đi vườn trẻ. Các em này có thể bị nhiễm trùng từ 5 đến 10 lần mỗi năm. Các sự nhiễm trùng này do vi khuẩn gây ra và sẽ tự thuyên giảm mà không cần dùng trụ sinh.

Một vài sự nhiễm trùng khác, thí dụ như ở tai và một vài trường hợp nhiễm trùng cổ họng có thể do vi trùng gây ra. Nếu con em quý vị bị nhiễm trùng do vi trùng, em nhỏ sẽ lành bệnh nhanh hơn nhiều nếu dùng trụ sinh do bác sĩ cho toa.

Sốt còn có thể do các yếu tố khác gây ra, thí dụ như ở ngoài nắng quá lâu trong một ngày nóng nực.

Khi nào quý vị cần gặp bác sĩ ?

Cần phải gặp bác sĩ nếu con em quý vị bị sốt và :

- con em quý vị quá nhỏ (6 tháng hoặc nhỏ hơn)
- con em quý vị có vẻ bị đau nặng

Quý vị cũng cần phải gặp bác sĩ nếu con em :

- bị đau tai
- nuốt khó
- thở gấp
- nổi ban
- nôn mửa
- gáy bị cứng đờ
- phần thóp (chỗ mềm ở trên đầu em bé) bị phình lên
- ngủ thiêm thiếp, ngày ngật

Nói chung, các trẻ lớn hơn nếu bị cảm lạnh nhưng không nặng lắm thì không cần gặp bác sĩ mỗi khi bị sốt.

Trông nom, chăm sóc bệnh sốt

Vì bệnh sốt là phản ứng tự nhiên của cơ thể chống lại sự nhiễm trùng nên không cần phải luôn luôn làm giảm cơn sốt. Tuy nhiên, nếu con em quý vị bị nóng quá và khó chịu thì quý vị có thể làm những việc đơn giản sau đây :

- cởi quần áo của em nhỏ ra.
- cho uống thuốc giảm sốt, thí dụ như Panadol hoặc Nurofen. Những thứ thuốc này phải cho dùng đúng liều lượng, do đó hãy hỏi nhà thuốc tây hoặc bác sĩ để được biết đúng liều lượng.
- cho con em uống thật nhiều nước. Trẻ bị sốt cần nhiều nước hơn bình thường.
- hỏi ý kiến bác sĩ nếu cơn sốt không thuyên giảm hoặc con em vẫn còn bệnh.

Hãy nhớ :

- phần lớn các cơn sốt là do vi khuẩn gây ra
- cho con em uống thật nhiều nước
- em bé dưới 6 tháng tuổi có thân nhiệt tăng cao cần phải được bác sĩ khám nghiệm
- hãy gặp bác sĩ nếu con em quý vị có vẻ bị đau nặng

**kids
health**

Child Health Promotion Unit

The Children's Hospital
at Westmead
Tel: (02) 9845 3585
Fax: (020) 9845 3562
<http://www.chw.edu.au/>

Sydney Children's
Hospital, Randwick
Tel: (02) 9382 1688
Fax: (02) 9382 1451
<http://www.sch.edu.au/>

