

Trẻ nhỏ gặp phải chứng tiêu chảy: Nguyên nhân và cách chữa cha mẹ nên biết

Trẻ bị tiêu chảy là vấn đề thường gặp khiến nhiều bậc cha mẹ lo lắng. Nếu không được trị kịp thời có nguy cơ tác động xấu đến sức khỏe và sự phát triển toàn diện của bé, thậm chí nguy hiểm đến tính mạng của con. Hiểu được nỗi lo đó, bài viết hôm nay sẽ chia sẻ một số thông tin về bệnh như nguyên nhân, dấu hiệu, cách chữa và hướng dẫn chăm sóc bé bị tiêu chảy đúng cách.

1. Bé mắc phải vấn đề tiêu chảy do đâu?

Tiêu chảy ở con trẻ do nhiều nguyên do gây nên, cụ thể như sau:

- Rotavirus là nguồn gốc phổ biến nhất gây ra tình trạng bé bị vấn đề } tiêu chảy, chiếm 40% các trường hợp trẻ em mắc bệnh. Bệnh thường xuất hiện vào mùa đông, thời gian ủ bệnh từ 12 giờ cho đến, kéo dài 3 ngày đến tận 1 tuần.
- Do bị nhiễm vi khuẩn Coli, ly trực khuẩn, dịch tả,...
- Trẻ nhỏ gặp tình trạng tiêu chảy cũng có khả năng do bị lây nhiễm ký sinh trùng qua đường tiêu hóa.
- Do trẻ bị dị ứng với protein có trong thức ăn, các loại thịt, cá, sữa,...
- Nguyên nhân khác là do bé mắc một bệnh liên quan đến hệ tiêu hóa, ví dụ như viêm đường ruột, tắc ruột, viêm ruột thừa,...
- Chế độ ăn của trẻ không khoa học: ăn quá nhiều thực phẩm, thực phẩm chưa được đun sôi nấu chín hay chế biến không vệ sinh,...
- Ngộ độc thực phẩm là nguyên do trẻ bị vấn đề tiêu chảy không thể không nói đến, thậm chí là tiêu chảy cấp với các biểu hiện như nôn ói, đi ngoài tần suất nhiều nên các phụ huynh cần phải hết sức chú ý.



Có rất nhiều tác nhân khiến con trẻ bị tiêu chảy

>>> **Có thể bạn quan tâm:** [Trẻ bị tiêu chảy dặn gì để bình phục sau khi bị tiêu chảy](#)

2. Những dấu hiệu nhận biết bé bị tiêu chảy

- Đi ngoài nhiều lần trong ngày:

Dấu hiệu tiêu chảy ở bé dễ nhìn thấy nhất là số lần trẻ nhỏ đi ngoài trong ngày (ít nhất 5 lần), phân lỏng, nhiều nước, có mùi tanh hoặc chua, phân có thể lẫn chất nhầy. Tình trạng tiêu chảy cấp thường diễn ra dưới 5 ngày, nếu hơn 2 tuần là bị tiêu chảy kéo dài.

- Trẻ nôn trớ, ói:

Khi mắc phải vấn đề tiêu chảy, bé thường sẽ nôn trớ do virus Rota hoặc do tụ cầu. Nôn liên tiếp làm con trẻ dễ bị mất nước và các chất điện giải. Lúc này, bé sẽ cảm thấy khát nước, niêm mạc mắt bị khô, mất sự đàn hồi của da, tụt huyết áp, có thể ngất đi. Vì thế, phụ huynh cần có cách xử trí kịp thời bởi nếu không sẽ ảnh hưởng đến tính mạng của bé.



Trẻ nhỏ nôn ói nhiều, liên tục sẽ rất dễ bị mất nước và các chất điện giải

- Trẻ nhỏ biếng ăn:

Dấu hiệu bỏ ăn có thể xuất hiện trước khi con trẻ bị tiêu chảy cấp nhiều ngày, trẻ chán ăn, bỏ bú, chỉ thích uống nước.

- Đau rát hậu môn:

Trẻ em bị tiêu chảy do phải đi ngoài nhiều lần, đôi khi còn bị tiêu chảy kèm theo máu, khiến bé đau rát hậu môn.

- Trẻ khó chịu, hay quấy khóc:

Trẻ bị tiêu chảy thường hay khó chịu, quấy khóc, không muốn chơi, thậm chí có một vài trường hợp hôn mê li bì do mất nước nặng. Do đó, gia đình cần lưu ý những biểu hiện bé bị tiêu chảy để tìm giải pháp kịp thời.

3. Gợi ý cách chăm sóc bé gặp vấn đề tiêu chảy đúng cách

- Bổ sung nước:

Đối với con trẻ gặp tình trạng tiêu chảy, điều cần phải làm là cha mẹ nên bù lại lượng nước đã mất cho trẻ bằng cách cho bé uống thêm nước, tốt nhất là uống oresol (nhớ pha theo đúng chỉ dẫn trên bao bì) và các loại nước trái cây để giúp bổ sung nước và tăng sức đề kháng cho trẻ nhỏ.

- Lưu ý chế độ ăn uống của trẻ:

Khi trẻ nhỏ bị tiêu chảy mẹ vẫn cho con trẻ ăn như thường, cung cấp dinh dưỡng cho con trẻ để tăng cường thể lực và phục hồi tổn thương niêm mạc ruột cho bé. Nếu con trẻ bị tiêu chảy khi vẫn đang bú mẹ, phụ huynh cần cho trẻ bú sữa bình thường, có thể tăng thêm cử bú và bổ sung thêm sữa công thức nhưng với nồng độ và liều lượng loãng hơn thông thường.

Bên cạnh đó, nên cho bé ăn những thực phẩm dễ tiêu hóa, mềm, lỏng như cháo loãng với thịt băm, cà rốt, chuối,... Tránh cho con trẻ ăn thức ăn chiên dầu, đồ béo, đồ ngọt, thực phẩm tái sống, nước giải khát có gas,... Khi ăn, mẹ nên chia đều thành nhiều bữa ăn nhỏ trong ngày.



Mẹ nên bổ sung món cháo loãng với thịt nạc trong chế độ ăn của bé khi trẻ nhỏ bị tiêu chảy

- Cho trẻ sử dụng men vi sinh:

Theo các bác sĩ, men vi sinh giúp bổ sung hệ vi khuẩn có lợi cho hệ tiêu hóa của bé, gia tăng sức đề kháng của hệ tiêu hóa, đấu tranh để kìm hãm sự sinh sôi của các tác nhân gây bệnh như virus, vi khuẩn, ký sinh trùng,... Chính vì thế, bổ sung sớm men vi sinh sẽ giúp trẻ nhỏ nhanh chóng khỏe lại.

Nếu đã áp dụng những biện pháp trên đây mà bệnh vẫn không thuyên giảm, đồng thời có các triệu chứng như sốt cao, phân có kèm máu, nôn ói nhiều, con trẻ không muốn ăn, có dấu hiệu mất nước nặng, bụng đau khi sờ ấn thì cha mẹ nên lập tức đưa con đến trung tâm y tế.

>>> **Tìm đọc thêm:**

[Cách sử dụng men tiêu hóa cho em bé sơ sinh đúng cách](#)

4. Cách phòng tránh bé bị tiêu chảy mẹ cần nắm rõ

Phòng hơn chữa là điều mà các bác sĩ luôn khuyến cáo. Để phòng trẻ bị tiêu chảy, các bậc phụ huynh nên lưu ý các vấn đề như sau:

- Thường xuyên vệ sinh tay bằng xà phòng, nước ấm cho con trẻ, nhất là sau khi chơi đùa, trước và sau khi ăn. Cha mẹ cũng nên rửa kỹ tay trước khi chăm sóc và cho bé ăn.
- Vệ sinh bình sữa, chén đĩa đựng thức ăn của bé bằng nước sôi và để khô.
- Cho trẻ bú hoàn toàn bằng sữa mẹ trong 6 tháng đầu đời bởi sữa mẹ rất tốt cho trẻ sơ sinh, nuôi con bằng sữa mẹ sẽ giúp tăng cường hệ miễn dịch cho trẻ nhỏ.
- Sử dụng nguồn nước an toàn, không để cho trẻ tiếp xúc với người bệnh.
- Trẻ thường hay ngậm đồ vật vào miệng nên phụ huynh cần thường xuyên vệ sinh đồ chơi cho con, không để những loại ký sinh trùng bám vào.
- Cách phòng ngừa bé bị tiêu chảy là bạn không nên cho trẻ nhỏ uống quá nhiều nước trái cây, tốt nhất là dưới 120ml mỗi ngày.



Bố mẹ nên phòng ngừa bệnh tiêu chảy ở con trẻ ngay từ đầu hơn là tìm cách trị khi con đã mắc bệnh.

Có thể thấy, tiêu chảy là bệnh lý khá nghiêm trọng, có thể gây nguy hiểm nếu gia đình không có biện pháp điều trị kịp thời. Vì thế, phụ huynh nên nắm chắc những kiến thức trên để có thể nhận thấy được những thay đổi khác thường của con, từ đó có cách điều trị hiệu quả, tránh những hệ lụy không mong muốn.

>>> Có thể bạn quan tâm:

<https://www.friso.com.vn/kinh-nghiem-hay/tre-bi-tieu-chay-dau-hieu-nguyen-nhan-va-cach-xu-ly>