

## [TỔNG QUAN] VỀ BỆNH CÚM A Ở TRẺ: NHỮNG ĐIỀU BA MẸ NHẤT ĐỊNH PHẢI BIẾT

Cúm là bệnh lý rất thường gặp ở trẻ với nhiều chủng khác nhau. Trong đó chủng cúm A có thể gây ra biến chứng nguy hiểm nếu không phát hiện sớm và điều trị đúng cách. Cúm A ở trẻ là bệnh gì, có biểu hiện như thế nào và điều trị ra sao là vấn đề được các bậc phụ huynh quan tâm.

### **Cúm A là bệnh gì?**

Cúm A là bệnh nhiễm trùng đường hô hấp cấp tính, do các chủng virus cúm A gây nên như: chủng A/H1N1, A/H3N2, A/H5N1, A/H7N9. Bệnh cúm A rất dễ nhầm lẫn với các bệnh cảm thông thường do triệu chứng tương tự nhau, khó phân biệt.

Tuy nhiên, người bệnh không được xem nhẹ cúm A vì bệnh diễn tiến nhanh và tiềm ẩn nhiều nguy cơ nguy hiểm. Thậm chí, có thể bùng phát thành dịch và đại dịch, ảnh hưởng lớn đến sức khỏe và cuộc sống của con người.

### **Các chủng virus cúm A thường gặp**

Virus cúm A có nhiều chủng, trong đó phổ biến nhất là các chủng dưới đây.

#### ***Cúm A/H1N1***

Chủng virus này được WHO ghi nhận vào năm 2009. Ban đầu, virus cúm A/H1N1 được gọi là “cúm lợn” vì các nhà khoa học cho rằng chúng có nguồn gốc từ lợn. Cúm A/H1N1 có tốc độ lây lan rất nhanh, dễ dàng bùng phát thành các đợt dịch, thậm chí là đại dịch rất nguy hiểm.

Cúm A/H1N1 có khả năng gây bội nhiễm, suy đa tạng, viêm phổi nặng, thậm chí gây tử vong đối với những người mắc bệnh mãn tính. Mỗi năm, thế giới ghi nhận khoảng 250.000 – 500.000 ca tử vong do cúm.

*Cúm A là bệnh rất thường gặp ở trẻ nhỏ*

#### ***Cúm A/H5N1***

Virus cúm A/H5N1 xuất phát từ gia cầm và lây lan sang người. Cúm A/H5N1 xuất hiện ở nhiều quốc gia, làm chết nhiều người. Từ tháng 12/2003 – 6/2008, thế giới ghi nhận 243 ca tử vong do cúm gia cầm, trên tổng số 385 ca nhiễm ở 15 quốc gia.

#### ***Cúm A/H3N2***

Virus cúm A/H3N2 được ghi nhận lần đầu tại Hoa Kỳ vào năm 1968. Virus này đã tấn công và gây nên đại dịch kinh hoàng với con số 1 triệu người chết trên toàn thế giới.

Virus cúm A/H3N2 lưu hành dưới dạng virus cúm A theo mùa, có thể lây nhiễm cho người, cho chim và cho động vật có vú.

### ***Cúm A/H7N9***

Tháng 3/2013, virus cúm A/H7N9 lần đầu tiên được ghi nhận tại Trung Quốc và nhanh chóng bùng phát thành đại dịch. Virus cúm A/H7N9 là chủng có độc tính cao, khả năng lây truyền sang người mạnh.

Khi xâm nhập vào cơ thể người, virus cúm A/H7N9 có khả năng nhân lên nhanh chóng trong các cơ quan như hô hấp, tiêu hóa, tiết niệu, sinh sản... Chúng tồn tại nhiều trong dịch tiết như nước mũi, nước mắt, nước bọt, phân.

Những người nhiễm virus cúm A/H7N9 đều được ghi nhận bị viêm phổi. Những trường hợp nặng nếu không được điều trị kịp thời có thể dẫn đến tử vong. Hầu hết những trường hợp nhiễm chủng virus này đều phải can thiệp y tế, khó tự hồi phục.

### **Đối tượng dễ mắc cúm A ở trẻ**

Bất cứ ai cũng có nguy cơ mắc cúm A, đặc biệt là trẻ em. Trong đó, những đối tượng trẻ nhỏ dưới đây có nguy cơ mắc cao hơn, gồm:

- Trẻ dưới 5 tuổi, đặc biệt là trẻ nhỏ dưới 2 tuổi.
- Trẻ chưa được tiêm vắc xin phòng cúm.
- Trẻ tiếp xúc với những người bị cúm hoặc những người có nguy cơ cao bị cúm.
- Trẻ không được rửa tay, sát khuẩn sạch sẽ khi chạm vào bề mặt chứa virus cúm A.

### **Triệu chứng bệnh cúm A ở trẻ**

Trẻ mắc bệnh cúm A có thể xuất hiện các triệu chứng nặng hoặc nhẹ tùy mức độ bệnh. Khi nhiễm bệnh, trẻ sẽ thường có những biểu hiện sau:

- Sốt cao (có thể lên tới 39,4 độ C – 40,5 độ C)
- Ho
- Sổ mũi, ngạt mũi
- Đau họng
- Đau đầu
- Mệt mỏi, chán ăn, bỏ bú (đối với trẻ sơ sinh)
- Mỏi cơ, đau nhức người
- Một số trẻ có thể bị nôn, tiêu chảy
- Đau tai, đau mắt đỏ
- Co giật nếu sốt cao.

Khi trẻ có những biểu hiện trên, ba mẹ không nên chủ quan mà hãy cho bé đi khám càng sớm càng tốt vì cúm A tiềm ẩn nhiều nguy cơ nguy hiểm.



*Khi bị cúm A, trẻ có thể sốt cao đến 39,5 độ*

### **Con đường lây truyền cúm A ở trẻ**

Cúm A có thể lây lan nhanh chóng từ người sang người. Đặc biệt, thời gian lây nhiễm ở trẻ nhỏ rất nhanh vì sức đề kháng của bé còn yếu.

Virus cúm A chứa nhiều trong dịch tiết nước bọt, nước mũi, cổ họng... Vì thế, con đường lây truyền thường gặp nhất là do những giọt bắn li ti khi ho, hắt hơi hoặc nói chuyện từ trẻ này sang trẻ khác.

Những giọt bắn này có thể chạm vào miệng, vào mũi của trẻ đối diện khiến các em nhiễm bệnh. Hoặc có thể do trẻ chạm phải đồ dùng, đồ chơi có dính virus cúm rồi đưa tay lên miệng, lên mũi.

### **Bệnh cúm A ở trẻ có nguy hiểm không?**

Cúm A ở trẻ là bệnh rất thường gặp và tiềm ẩn nhiều nguy cơ, có thể gây hại cho sức khỏe, thậm chí là đe dọa tính mạng của bé.

Virus cúm A có nhiều chủng, chúng tồn tại khá lâu trong môi trường bên ngoài nên khả năng lây lan rất cao. Hơn nữa, các biểu hiện của cúm A cũng rất dễ nhầm lẫn với cúm thông thường nên nhiều bậc phụ huynh thường chủ quan, không thăm khám và điều trị sớm cho bé, dẫn đến những biến chứng nguy hiểm.

Cúm A ở trẻ nếu không được điều trị sớm có thể dẫn đến suy hô hấp với triệu chứng khó thở, đờm lẫn máu, viêm phổi, thiếu oxy, thậm chí dẫn đến tử vong nếu không được xử trí kịp thời.

### **Biến chứng bệnh cúm A ở trẻ nhỏ**

Cúm A ngoài các biểu hiện thông thường của bệnh cúm như sổ mũi, ngạt mũi, đau họng, ho... thì có thể đi kèm các triệu chứng nặng hơn như mỏi cơ, lười vận động, nôn trớ, háo nước, mất nước... Trẻ nhỏ bị cúm A có thể bỏ bú, bỏ ăn, gan bàn chân, lòng bàn tay lạnh. Một số trường hợp trẻ bị cúm A có thể sốt cao kèm co giật.

Một số biến chứng trẻ có thể gặp phải khi mắc cúm A như: suy hô hấp, viêm phổi, viêm tai giữa, viêm màng não, viêm thanh khí phế quản, viêm cơ tim, nhiễm khuẩn thứ phát... Những biến chứng này nếu không phát hiện và can thiệp sớm có thể ảnh hưởng đến sức khỏe, thậm chí tính mạng của trẻ.

### **Khi nào cần đưa bé đến bệnh viện?**

Cúm A thường diễn tiến nhanh và có thể gây hại cho bé nếu không được điều trị kịp thời. Vì thế, cần đưa bé đi bệnh viện ngay nếu trẻ có các biểu hiện dưới đây:

- Trẻ sốt cao trên 39 độ, uống thuốc hạ sốt không thuyên giảm.
- Trẻ thở nhanh, khó thở.
- Trẻ bị co giật.
- Trẻ mệt mỏi, ngủ li bì, bỏ ăn, nôn trớ, chân tay lạnh.

### **Hướng dẫn chăm sóc trẻ bị cúm A**

Khi bé bị cúm A, ba mẹ nên thực hiện các biện pháp sau để chăm sóc bé được tốt nhất cũng như không làm lây lan cho người khác.

- Cho bé cách ly tại phòng riêng, tối thiểu là 7 ngày tính từ khi xuất hiện các triệu chứng đầu tiên của bệnh. Nên cách ly thêm 1 ngày sau khi các triệu chứng cúm A ở trẻ đã hết.

- Cho bé ở trong phòng sạch sẽ, thoáng mát vào mùa hè và ấm áp vào mùa đông. Nên cho con tắm rửa, đi vệ sinh ở phòng riêng. Nếu không có nhà vệ sinh riêng thì khi ra ngoài, nên đeo khẩu trang, giữ kín cho bé và nhớ rửa tay sạch sẽ sau khi đi vệ sinh.
- Không nên cho bé ra ngoài nếu không thật sự cần thiết. Nếu phải ra khỏi phòng thì nên đeo khẩu trang và hạn chế cho bé sử dụng hoặc đụng vào đồ dùng chung của cả nhà.
- Chú ý chế độ ăn của bé, cần cung cấp đầy đủ các nhóm chất. Cho bé ăn thức ăn mềm, loãng, dễ tiêu hóa, ăn nhiều rau xanh, trái cây và uống nhiều nước.
- Ba mẹ cần tuân thủ cho bé uống thuốc theo chỉ dẫn của bác sĩ, không tự ý mua thuốc cho con hoặc cho bé uống quá liều vì có thể gây hại cho trẻ.



*Cho bé đeo khẩu trang và cách ly để tránh lây nhiễm sang người khác*

### **Biện pháp phòng ngừa cúm A ở trẻ**

Cúm A ở trẻ không chỉ khiến con mệt mỏi, khó chịu mà còn tiềm ẩn nhiều nguy cơ nguy hiểm nên cần được phòng ngừa từ sớm.

Ba mẹ hãy áp dụng những biện pháp sau để phòng ngừa bệnh cúm A ở trẻ:

- Vệ sinh cá nhân mỗi ngày, rửa tay cho bé thường xuyên.
- Đeo khẩu trang cho bé khi ra ngoài.
- Không nên đưa bé đến nơi tập trung đông người, nhất là trong thời điểm có dịch bệnh.
- Hạn chế cho bé tiếp xúc với nhóm đối tượng có nguy cơ cao bị cúm hoặc nghi ngờ mắc cúm.
- Vệ sinh nơi ở thường xuyên.
- Tiêm vắc xin cúm cho bé mỗi năm.
- Bổ sung đầy đủ vitamin, khoáng chất giúp nâng cao đề kháng cho bé.
- Khi bé có những dấu hiệu của cúm như ho, sổ mũi, sốt thì nên cho con đi khám sớm.

Tiêm chủng là biện pháp phòng ngừa cúm A ở trẻ hiệu quả nhất. Các chuyên gia khuyên rằng nên cho bé tiêm phòng vắc xin cúm cho trẻ định kỳ mỗi năm một lần để ngăn chặn các nguy cơ.

Hiện nay Bệnh viện Hồng Ngọc là một trong những cơ sở tiêm phòng vắc xin cho trẻ được rất nhiều bà mẹ tin tưởng lựa chọn. Khi đến tiêm phòng tại Hồng Ngọc, bé luôn được sàng lọc, kiểm tra tình trạng sức khỏe kỹ lưỡng trước khi tiêm để đảm bảo an toàn nhất.

Với nguồn vắc xin dồi dào nhập khẩu trực tiếp từ Mỹ, Pháp, Bỉ, Đức... phù hợp cho từng độ tuổi của trẻ, với quy trình kiểm soát nghiêm ngặt từ khâu nhập khẩu đến vận chuyển và bảo quản, đảm bảo chất lượng vắc xin tốt nhất khi tiêm cho bé.

(Nguồn: <https://hongngochospital.vn/tong-quan-ve-benh-cum-a-o-tre/>)

**Xác nhận của BGH**

**Nhân viên y tế**

**Phạm Thị Tuyến**

**Nguyễn Thị Nguyệt**