# Hướng dẫn sơ cứu xử lý đúng cách khi trẻ bị hóc dị vật đường thở các bậc cha mẹ cần phải biết

Khi phát hiện hay nghi ngờ trẻ bị dị vật đường thở, tùy từng trường hợp mà có cách xử trí hợp lý. Cần giữ bình tĩnh, tránh cố gắng móc dị vật ra khỏi miệng trẻ vì chưa chắc lấy ra được mà có khi đẩy vào sâu hơn. Bài viết sau **hướng dẫn sơ cứu xử lý đúng cách khi trẻ bị hóc dị vật đường thở** các bậc cha mẹ cần phải biết.

Hóc – sặc là một trong những tai nạn cực kỳ nguy hiểm và thường xảy ra ở trẻ trong khi ăn.

Hóc – sặc là những hiện tượng thường gặp ở trẻ. Đôi khi trong những trường hợp nặng, nếu cha mẹ không biết cách và không kịp xử lý trong vòng từ 5 đến 10 phút thì tính mạng trẻ có thể bị đe dọa.

Về nguyên nhân trẻ hóc – sặc thì chủ yếu là do trẻ còn nhỏ, cơ thể chưa hoàn thiện để có những phản xạ đóng nắp thanh quản khi nuốt dẫn tới thức ăn lạc xuống và chặn đường thở.
Hóc dị vật đường thở nói chung là một trong những tai nạn cực kỳ nguy hiểm và thường xảy ra ở trẻ trong khi ăn, khi chơi. Sặc sữa, sặc cháo, sặc canh nói riêng là hiện tượng sữa, thực phẩm lỏng mềm trào vào đường thở khiến trẻ bị bịt đường thở, khó thở, sặc sụa, tím tái có thể gây tử vong.

Nhận biết khi trẻ bị hóc – sặc

Dấu hiệu cơ bản để các mẹ có thể nhanh chóng nhận ra con mình đang bị hóc – sặc là khi trẻ đang bú, đang ăn, thậm chí đang chơi đùa đột ngột bé ho dữ dội, da tái xanh, sặc sụa, tím tái, chân tay cứng đờ, không thể khóc, ú ớ. Trong trường hợp nặng thì có thể xuất hiện nước, sữa, canh… trào ra từ mũi, miệng của bé. Trường hợp nặng nhất, bé có thể xuất hiện những cơn ngừng thở và tử vong ngay lúc đó. Đối với trường hợp bị hóc – sặc nhẹ hơn thì trẻ có thể trở lại bình thường nhưng theo các chuyên gia y tế thì sau đó trẻ dễ bị viêm phế quản, tái phát nhiều lần. Bệnh sẽ dai dẳng, đôi khi phải soi khí phế quản vài lần để hút mủ và bột còn sót lại.

Hướng dẫn  những kỹ năng cơ bản sơ cứu khi bé bị hóc – sặc các mẹ cần phải biết

Trả lời về vấn đề này, Tiến sĩ, Bác sĩ Nguyễn Tiến Dũng, Trưởng khoa Nhi – bệnh viện Bạch Mai cho biết, việc sơ cứu trẻ hóc dị vật vô cùng quan trọng, nếu xử lý đúng cách và kịp thời sẽ cứu được bé trong gang tấc. Nếu không kịp thời chỉ sau 5-6 phút, dị vật chèn đường thở sẽ khiến bé ngừng thở, suy hô hấp dẫn tới tử vong.

Khi thấy trẻ có dấu hiệu sặc sữa, sặc cháo, hay hóc dị vật (thực phẩm cứng, đồ vật nhỏ…), cha mẹ hoặc người giữ trẻ cần bình tĩnh và xử lý thật nhanh những thao tác như sau:

Một tay giữ bé, một tay dùng lòng bàn tay vỗ thật mạnh 5 – 7 cái vào lưng bé – chỗ giữa hai xương bả vai, hành động này sẽ khiến áp lực trong lồng ngực trẻ tăng lên để tống đẩy dị vật ra ngoài.

Sau khi làm xong nếu trẻ vẫn khó thở, tím tái, cha mẹ cần đặt bé nằm ngửa, dùng hai ngón trỏ ấn nhanh, mạnh, đột ngột vào xương ức.

Nếu thấy cháo, sữa, canh… chảy từ mũi, miệng ra thì cha mẹ cần hút kỹ chúng để thông đường thở cho con. Việc này cần làm sớm để tránh sữa không ứ đọng trong mũi, miệng.

Bên cạnh đó, cha mẹ có thể làm cách khác. Với trẻ dưới 2 tuổi, cha mẹ có thể dùng phương pháp vỗ lưng ấn ngực.



Lấy 3 ngón tay ấn mạnh 5 lần vào vùng thượng vị (vùng trên rốn và dưới xương ức). Làm động tác này tới khi nào bé thấy đỡ hơn, tỉnh táo hơn. Song song với việc đó là gọi xe cấp cứu.



Với trẻ trên 2 tuổi, cha mẹ và người trông trẻ có thể dùng biện pháp ép bụng (phương pháp Heimlich). Với những bé còn tỉnh táo, nói được, cha mẹ nên để trẻ đứng thẳng. Một người đứng ra sau lưng, ôm ngang thắt lưng bé, một tay tạo thành nắm đấm ấn mạnh lên vùng thượng vị, dưới xương ức của trẻ. Ấn mạnh theo hướng từ dưới lên trên liên tiếp.

Trường hợp trẻ hôn mê, cha mẹ cần đặt bé nằm ngửa. Người sơ cứu quỳ gối, nắm 2 bàn tay thành 2 nắm đấm, đột ngột ấn vào dưới xương ức của trẻ. Ấn mạnh liên tiếp tới khi nào bé tỉnh.

Sau đó đưa bé ngay vào viện.

Phòng tránh sặc sữa, cháo, hóc dị vật

Khi cho bé bú: Bế bé đúng tư thế, đầu cao hơn thân. Trong suốt quá trình cho ăn, cha mẹ cần quan sát con thật kỹ, động tác mút sữa và nuốt xuống một cách nhịp nhàng. Khuyến khích con nuốt xong thức ăn lại bú tiếp, hạn chế bé bú liên tiếp rất dễ bị sặc.



Sau khi bú xong, cha mẹ hoặc người trông trẻ cần bế bé lên vai, giúp bé ợ hơi, vỗ lưng nhẹ tránh gây sặc sau khi ăn.
Nếu bé bú bình, cha mẹ nên lưu ý kiểm tra núm vú sao cho lỗ thông núm ti không nên quá rộng khiến sữa chảy xuống dồn dập bé không nuốt kịp. Không nên cho bé bú khi đang nằm, khóc, chơi, ho…

Khi bé ăn dặm, ăn cháo: không nên ép bé ăn nhiều, không cho bé ăn khi đang chơi đùa, nói chuyện, chạy nhảy.

Người lớn cần bình tĩnh trước tình huống này, nhiều cha mẹ khi phát hiện ra trẻ tự ý cho hạt hay đồ chơi vào miệng, cha mẹ hét lên hốt hoảng, cố gắng móc họng bé, điều này làm con sợ hãi và khiến dị vật chui vào càng sâu hơn.

Trong mọi trường hợp, lời khuyên tốt nhất đó là các bậc phụ huynh và người chăm sóc trẻ cần thiết phải để mắt tới trẻ trong lúc, mọi nơi. Bậc phụ huynh nên thiết kế cho bé một môi trường sống an toàn để chạy nhảy, chơi đùa. Tránh tuyệt đối những vật nhỏ, nguy hiểm trong tầm với của trẻ.

Tai nạn hóc sặc có thể xảy ra ở mọi tuổi nhưng thường ở trẻ nhỏ từ 6 tháng đến dưới 3 tuổi. Ở độ tuổi này, bé thường sẽ rất tò mò, những thứ tưởng như vô hại với người lớn lại vô cùng nguy hiểm với trẻ nhỏ (hạt nhãn, hạt điều, kim may, đinh gim, hạt dẻ, hạt dưa, bỏng ngô, kẹo cứng,…) – chúng đều có thể trở thành thủ phạm gây tổn thương bé.

Các phản xạ đóng mở thanh quản để bảo vệ đường thở khi ăn uống và khi hít thở chưa thuần thục như người lớn nên trẻ con càng dễ bị hóc sặc.

Cha mẹ và người trông trẻ cần lưu ý khi chế biến đồ ăn cho bé đặc biệt với những thực phẩm có xương sống.

Hóc dị vật đường thở là một tai nạn rất thường gặp ở trẻ từ dưới 3 tuổi vì vậy cha mẹ nên hết sức cảnh giác với vấn đề này.

Dấu hiệu nhận biết trẻ bị hóc dị vật đường thở?

Có nhiều trường hợp trẻ em bị hóc dị vật đường thở mà người lớn không hay biết, hoặc xử lý không đúng cách gây ra tình trạng nặng hơn cho trẻ. Vậy dấu hiệu nhận biết trẻ bị dị vật đường thở là gì?



Một khảo sát gần đây của Bệnh viện Nhi đồng 1 (TP.HCM) cho thấy, chỉ có 40% người nhà phát hiện được hoặc nghi ngờ trẻ bị dị vật đường thở. Bác sĩ Trần Anh Tuấn, Trưởng khoa Hô hấp, BV Nhi đồng 1 cho biết: “Không ít trường hợp nhập viện cấp cứu vì dị vật đường thở, trong số đó có nhiều trường hợp người lớn không hay biết, hoặc xử lý không đúng cách gây ra tình trạng nặng hơn cho trẻ”.

Bác sĩ Tuấn dẫn chứng về một trẻ (hơn 1 tuổi, ngụ Q.Tân Bình, TP.HCM), khi người nhà cho bé ăn cháo, vì sơ ý chưa lấy hết vụn xương ra nên bé bị sặc. Người nhà cố tìm cách móc họng để lấy xương, nhưng chẳng những không lấy được mà bé có biểu hiện trở nặng, tím tái. Lúc này gia đình mới đưa bé đi cấp cứu. Khi nhập viện, bé đã trong tình trạng thiếu ô xy nặng. Mặc dù được BS nội soi lấy dị vật ra nhưng vẫn bị biến chứng thiếu ô xy lên não, làm bé mất khả năng nhận thức bên ngoài.

Bệnh viện Nhi đồng 1 cũng từng tiếp nhận một bé trai 9 tuổi nhập cấp cứu dị vật đường thở do ngậm đầu bút bi, bị mảnh nhựa từ bút bi lọt vào cuống phổi. Ban đầu, trẻ không có triệu chứng rõ rệt, và trẻ sợ bị gia đình rầy la nên giấu biệt… Một trường hợp khác là bé trai 18 tháng tuổi nuốt phải một miếng ống nhựa nhỏ trong đồ chơi. Người giữ trẻ sau đó lại giấu phụ huynh, nên bé đã phải 2 lần nhập viện vì bị suyễn nặng (do hóc dị vật kéo dài), các bác sĩ phải tiến hành nội soi để lấy dị vật.

Phát hiện sớm trẻ bị dị vật đường thở giúp xử trí đúng

Bác sĩ Tuấn lưu ý, phụ huynh cần để ý đến hội chứng xâm nhập trong hóc dị vật. Đó là, bé đang ăn mà đột ngột xuất hiện ho sặc sụa, tím tái khó thở thì phải nghĩ ngay đến dị vật đường thở, cần kịp thời đưa trẻ đến cơ sở y tế gần nhất. Ngoài ra, cần lưu ý không cho trẻ chơi đồ chơi có mảnh lắp ráp nhỏ. Khi hầm xương nấu cháo cho trẻ, cần phải lấy hết các mảnh vụn xương trước khi trẻ ăn, phải để ý khi trẻ ăn trái cây có hạt, ăn các loại hạt. “Khi trẻ bị hóc, người lớn thường có thói quen móc họng để lấy dị vật, nhưng cách này có nguy cơ đẩy dị vật vào sâu”, BS Tuấn cảnh báo.

Nếu sau khi hóc dị vật, trẻ vẫn tỉnh táo bình thường, cần để trẻ ngồi, sau đó đưa đến khám ở cơ sở y tế. Đối với trường hợp xuất hiện hội chứng xâm nhập cần đưa ngay trẻ đến bệnh viện, không được móc họng hoặc gây ói cho trẻ để lấy dị vật. Cách sơ cứu trẻ bị hóc dị vật tùy theo độ tuổi. Đối với trẻ dưới 2 tuổi thì làm biện pháp vỗ lưng, ấn ngực. Nếu trẻ vẫn tím tái thì phải làm động tác hà hơi thổi ngạt và chuyển ngay đến BV.

*Ngoài ra, không nên cho trẻ chơi đồ chơi quá nhỏ, góc cạnh, có nhiều bộ phận dễ tách rời, chơi mà không có sự giám sát của người lớn. Không để đồ chơi, vật dụng quá nhỏ, có thể nguy hiểm trong tầm tay của trẻ, gần nơi ăn, nơi ngủ. Qua bài viết Hướng dẫn sơ cứu xử lý đúng cách khi trẻ bị hóc dị vật đường thở các bậc cha mẹ đã biết cách làm gì khi con bị hóc rồi nhỉ.^^*