**Cần lưu ý gì khi điều trị cúm cho trẻ?**

**Trẻ em nếu không được điều trị cúm đúng cách, kịp thời có thể khiến bệnh nặng lên và gây ảnh hưởng tới sức khỏe của trẻ…**

**1. Vì sao trẻ dễ mắc cúm lúc giao mùa?**

Thời tiết lúc giao mùa thay đổi, mưa nắng, nóng lạnh đột ngột, là điều kiện thuận lợi cho nhiều loại virus, vi khuẩn sinh sôi nảy nở, trong đó có virus cúm.

Trẻ dễ mắc cúm lúc giao mùa là do ở trẻ nhỏ, hệ miễn dịch chưa phát triển toàn diện, sức đề kháng còn yếu. Không những thế, ở trẻ mắc cúm sẽ có nguy cơ tiến triển nặng hơn, thậm chí biến chứng cao hơn so với người lớn rất nhiều.

**2. Biểu hiện của trẻ khi mắc cúm**

Khi mắc cúm trẻ thường gặp một số biểu hiện:

Hắt hơi Sổ mũi, nghẹt mũi Sốt Ho Đau đầu Đau họng...

Thông thường bệnh không quá nghiêm trọng và có thể tự khỏi sau vài ngày. Tuy nhiên, nhiều trường hợp nếu không điều trị kịp thời bệnh có thể dẫn đến những biến chứng nghiêm trọng như viêm phổi, suy hô hấp.

Ở trẻ mắc cúm sẽ có nguy cơ tiến triển nặng hơn, thậm chí biến chứng cao hơn so với người lớn rất nhiều.

**3. Điều trị cúm cho trẻ thế nào?**

**3.1. Thuốc hạ sốt, giảm đau**

Ở trẻ mắc cúm nếu sốt trên 38,5 độ C có thể dùng thuốc hạ sốt, giảm đau có chứa paracetamol. Liều an toàn 10-15mg/kg trong mỗi 4-6 giờ và không được quá 6 lần/ngày. Dùng quá liều paracetamol có nguy cơ tổn thương gan, thận, suy hô hấp, suy tuần hoàn, thậm chí tử vong…

**3.2. Thuốc nhỏ mũi**

Nước muối sinh lý 0,9 % dạng nhỏ hoặc xịt là một lựa chọn an toàn trong điều trị trẻ bị sổ mũi, ngạt mũi. Nước muối sinh lý 0,9 % giúp làm sạch dịch nhầy trong mũi, thông thoáng đường thở.

Các thuốc thuốc xịt/nhỏ như naphazolin, oxymetazolin, xylometazolin… có tính chất co mạch, giảm sung huyết nên giúp nhanh chóng hết nghẹt mũi và giúp trẻ dễ thở. Tuy nhiên, thuốc có thể gây phản tác dụng nếu lạm dụng. Ngoài ra, thuốc có thể gây tác dụng phụ: Gây rát mũi, khô mũi, chảy máu mũi…, thậm chí gây co mạch toàn thân khiến trẻ bị tím tái, choáng, vã mồ hôi, trụy tim mạch… Do đó, chỉ sử dụng thuốc khi có chỉ định của bác sĩ.

**3.3. Thuốc ho**

Nên tham khảo ý kiến của bác sĩ trước khi dùng thuốc ho cho trẻ. Hiện nay, các thuốc giảm ho cho trẻ thường có chứa dextromethorphan. Ở liều thông thường thuốc được dung nạp tốt và ít tác dụng phụ. Tuy nhiên thuốc có thể gây buồn ngủ, chóng mặt, buồn nôn, nôn, kích ứng đường tiêu hóa… Lưu ý, chỉ dùng thuốc giảm ho cho trẻ dưới 6 tuổi khi có chỉ định của bác sĩ.

Có thể dùng thuốc long đờm guaifenesin, acetylcystein, bromhexin… để giúp làm loãng đờm và giúp trẻ dễ dàng khạc ra ngoài.



Nên tiêm vaccine phòng cúm cho trẻ.

**3.4. Kháng sinh không có tác dụng trong điều trị cúm**

Cúm là một bệnh gây nên bởi virus, do đó việc dùng kháng sinh trong trường hợp này là không có tác dụng. Chỉ dùng kháng sinh khi có nhiễm trùng và phải có chỉ định của bác sĩ.

Việc dùng kháng sinh không cần thiết có thể gây ra hậu quả khác khó điều trị hơn, đồng thời khiến trẻ phải chịu các tác dụng phụ khó chịu: Mệt mỏi, tiêu chảy…, thậm chí nhờn thuốc.

**4. Lưu ý khi điều trị cúm cho trẻ**

Bệnh cúm thường do virus gây nên, do đó thường tự khỏi mà không cần điều trị. Việc dùng thuốc chỉ là giảm nhẹ triệu chứng bệnh chứ không điều trị được nguyên nhân gây cúm. Tuy nhiên, dùng thuốc không đúng cách sẽ không hiệu quả trong điều trị cúm cho trẻ mà còn khiến bệnh kéo dài, dễ tái phát và khó điều trị khỏi.

Do đó:

* Chỉ dùng thuốc theo chỉ định của bác sĩ.
* Không tự ý tăng, giảm hoặc ngừng dùng thuốc.
* Để tránh quá liều thuốc, cần đọc kỹ liều dùng thuốc trước khi sử dụng.
* Khi có bất kỳ triệu chứng khác lạ nào cần báo ngay cho bác sĩ để có cách xử trí kịp thời.
* Tránh tiếp xúc nơi đông người.
* Giữ ấm khi cho trẻ đi ra ngoài.
* Ăn đủ chất dinh dưỡng, ăn đồ dễ tiêu.
* Uống đủ nước (với trẻ nhỏ cần bú/uống sữa đầy đủ).
* Vệ sinh tay thường xuyên bằng nước sạch và xà phòng diệt khuẩn.
* Giữ trẻ ở phòng thoáng.
* Cho trẻ mặc quần áo thoáng, mát.
* Tiêm phòng vaccine cúm đầy đủ.