

CNDD : Trần Thị Hải, khoa Y Học Nhiễm Đới

Tại khoa Y Học Nhiễm Đới Bệnh viện Đa khoa Quận Nam hàng ngày tiếp nhận rất nhiều trẻ em nhập bệnh nhân sốt cao, có rất nhiều nguyên nhân gây nên sốt, và sốt cũng là triệu chứng rất quen thuộc với tất cả mọi người. Tuy nhiên, cách chăm sóc hợp lý thì vẫn còn rất nhiều người chưa hiểu rõ.

Để biết một người có sốt hay không, cách nhiệt kế là cách nhanh nhất, hiệu quả và chính xác nhất. Không nên dùng tay sờ trán vì nhiệt độ đôi tay mang tính chủ quan. Cách nhiệt kế nách cần cộng thêm khoảng 0,5 độ C vì đây là nhiệt độ ngoại vi, nếu đo nhiệt độ ở hậu môn thì không cần cộng thêm nữa vì nhiệt độ hậu môn hơi bất tiện nên ít được sử dụng.



Hồ sơ ng d n chăm sóc b nh nhân s t

Vị t b i Biên t p viên

Th sáu, 29 Tháng 9 2017 20:58 -

Chúng ta có th phân lo i s t thành 3 đ sau đ ti n cho vi c chăm sóc:

1. S t nh : 37,5-38 đ C:

- C n n i r ng qu n áo, m c đ thoáng mát, n m ngh n i thoáng mát.

- Ng ng này chúng ta không c n dùng thu c h s t, các bi n pháp v t lý nh lau mát tích c c có tác đ ng h nhi t r t t t.

- H ng d n lau mát: Nhúng khăn s ch vào ch u n c m s tay vào c m giác m m là đ c, (tránh nóng quá gây b ng da) r i v t khô và lau toàn thân cho ng i s t, lau liên t c nách và b n s giúp h nhi t t t h n, không đ p khăn lên trán và ng c vì không có tác đ ng h s t, ng c l i đ p khăn lâu ng c còn đ gây viêm ph i. Th i gian m i l n lau kho ng 15-30 phút.

- Ngoài ra c n u ng nhi u n c đ b sung l ng n c m t do s t, u ng theo nhu c u c th . M t s lo i n c bù đ i n gi i t t nh oresol, n c khoáng l t... hoặc n c cam n c chanh giúp đ u ng h n.

2. S t v a: 38- < 39 đ C:

- S t trên 38,5 đ C thì c n u ng thu c h s t, thu c thông đ ng nh t hi n nay là paracetamol v i nhi u li u l ng khác nhau. Có m t s l u ý khi dùng thu c h s t lo i paracetamol nh sau:

+ Dùng thu c cách nhau 4-6 ti ng, không u ng quá dày vì thu c gây h i cho gan.

+ Đ i v tr em (đ i 16 tu i): c n tính li u l ng chính xác theo cân n ng cho tr : 10-15mg/kg

Hồ sơ ng d n chăm sóc b nh nhân s t

Vi t b i Biên t p viên

Th sáu, 29 Tháng 9 2017 20:58 -

cân n ng, t i đa không quá 60mg/kg cân n ng. Và cũng u ng cách nhau 4-6 ti ng.

- Ngoài u ng thu c thì lau mát tích c c k t h p u ng nhi u n c nh nêu trên có hi u qu h s t r t t.

3. S t cao: T 39 đ C tr lên:

- Ng ng này, c n theo dõi ch t ch tình tr ng b nh nhân, ngoài vi c lau mát, dùng thu c h s t và bù đ n c c n nhanh chóng tìm ra nguyên nhân gây s t đ đi u tr k p th i.

- Khi s t cao, c th s có thêm các bi u hi n rét run, n l nh và có xu h ng mu n đ p ch n m n, không nên m n và m c qu n áo dày, c n ph i n i r ng rãi và thoáng mát đ c th h nhi t nhanh chóng h n.

- Ngoài ra, s t cao s làm đau đ u, c th m t m i v t v , đây là nh ng d u hi u hay g p khi s t cao.

- Khi tăng 1 đ , chuy n hóa c th cũng tăng kho ng 10% do v y, ngoài v n đ h s t, đi u tr nguyên nhân, dinh d ng h p lý cũng r t quan tr ng, ăn u ng b sung th t cá, các ch t giàu năng l ng đ cung c p năng l ng cho c th trong giai đo n s t, dù đ ng mi ng và khó ăn, v n nên ch bi n th c ăn h p kh u v ng i b nh.

S t là tri u ch ng hay g p, hy v ng m t s cách chăm sóc c b n trên đây có th giúp ích ph n nào cho m i ng i trong chăm sóc t i nhà.