

小兒急性腸胃炎與嘔吐-越南語

VIÊM DẠ DÀY RUỘT CẤP TÍNH VÀ NÔN Ở TRẺ EM

一、什麼是小兒急性腸胃炎：Thế nào gọi là viêm dạ dày ruột cấp tính ở trẻ em:

小兒腸胃炎主要因細菌或病毒感染而引起，意指腸、胃黏膜發生急性炎症反應。

Viêm dạ dày ruột ở trẻ em có nguyên nhân chủ yếu là do vi rút hoặc do vi khuẩn, ý là niêm mạc ruột, dạ dày phát sinh phản ứng viêm cấp tính

二、小兒腸胃炎有那些症狀 Triệu chứng viêm dạ dày ruột cấp tính bao gồm những gì:

症狀為嘔吐或腹瀉，常合併腹部絞痛、發燒、腹脹或食慾不振。腹瀉是指排便情形與平時習慣不同，如排便次數突然增加 3~4 次以上，且大便成稀狀或糊狀，或水份較平常增加很多，或糞便的氣味聞起來與平常不一樣或有酸味等現象。

Triệu chứng là nôn hoặc đi ngoài, thường kèm theo đau bụng, sốt, trướng bụng hoặc không muốn ăn. Đi ngoài thường là chỉ tình trạng bài tiện không giống thói quen bình thường, ví dụ có các hiện tượng như số lần đi đại tiện tăng lên 3-4 lần trở lên, phân nát hoặc dạng nhầy hoặc nhiều nước hơn bình thường hoặc mùi phân không giống bình thường hoặc có mùi chua.

三、傳染途徑 Con đường lây nhiễm:

小兒腸胃炎主要經由糞口、污染的食物或飲水、人與人接觸的傳染。

Viêm dạ dày đại tràng chủ yếu là từ đường phân, thức ăn hoặc nước uống ô nhiễm, lây nhiễm giữa người với người qua tiếp xúc

四、飲食注意事項 Thức ăn những điều cần chú ý:

1. 不禁食或儘早恢復規律飲食並無任何副作用，且可減緩疾病嚴重度及病程時間。

Không nhịn ăn hoặc trở lại chế độ ăn thông thường sớm nhất và không có tác dụng phụ nào, hơn nữa có thể làm dịu mức độ nghiêm trọng của bệnh và thời gian bệnh

2. 口服電解質水：若病童沒有嘔吐、劇烈腹瀉、腹痛，在醫師允許下可飲用口服電解質水（不用稀釋）；市售運動飲料因電解質含量低，糖份高，不宜為兒童腹瀉之補充。

Uống nước điện giải: Nếu bệnh nhi không nôn, đi ngoài nhiều, đau bụng, nếu bác sỹ cho phép có thể uống thêm nước điện giải (không cần pha loãng)

3. 採清淡飲食：稀飯（可搭配少許海苔醬、醬瓜汁）、米湯、白飯、白饅頭、白吐司、蘇打餅乾（原味）、嬰兒米餅，蘋果（切片）或香蕉泥，避免食用太甜、油膩、油炸及刺激性食物。

Ăn thức ăn thanh đạm: Ăn những thức ăn như Cháo (có thể ăn thêm lượng nhỏ nước sốt

rong biển, nước ép hoa quả, nước cơm, cơm trắng, bánh bao trắng, bánh mì trắng, bánh quy, bánh gạo cho trẻ em, táo hoặc chuối nghiền, tránh ăn đồ quá ngọt, nhiều dầu mỡ, đồ chiên rán và đồ ăn mang tính kích thích.

4. 以牛奶為主食的病童，先以半奶（水量一樣，奶粉湯匙數少一半）餵食，若水瀉持續，在醫師指示下可更換無乳糖奶粉，飲用至糞便恢復正常。無乳糖奶粉可直接更換。
Bệnh nhân uống sữa là chính, cho uống một nửa khẩu phần là một nửa (lượng nước giữ nguyên, lượng sữa giảm một nửa), nếu tiêu chảy liên tục, bác sỹ cho phép có thể thay bằng sữa không có đường lactose, uống cho đến khi phân trở lại bình thường. Sữa không đường lactose có thể thay luôn.
5. 以母乳為主食之嬰幼兒，可繼續哺餵母乳，不受影響，但奶量應適當的增加，以免嬰兒吃過多造成嘔吐。此外，寶寶剛吃飽時，不要用力晃動或逗寶寶玩。
Trẻ nhỏ trẻ sơ sinh uống sữa mẹ là chính, có thể tiếp tục cho bú mẹ, không bị ảnh hưởng nhưng nên tăng dần hợp lý để tránh trẻ ăn nhiều bị nôn. Ngoài ra, trẻ mới ăn no không nên lắc hoặc chọc bé cười.
6. 少量進食以避免胃過度飽和，且避免在用餐時喝過多的液體，減少飽脹感。
Cho ăn ít để tránh dạ dày no quá, hơn nữa tránh cho uống quá nhiều canh trong khi ăn, giảm cảm giác đầy bụng
7. 嘔吐時，應維持呼吸道暢通：可讓嬰幼兒給予側躺或坐著，使身體往前傾。若有嘔吐物自口內湧出，則應立即清除口內異物，不要馬上餵食，避免造成吸入性肺炎。
Khi nôn nên giữ đường hô hấp thông thoáng: có thể cho bé nằm nghiêng hoặc ngồi, để người vướn về phía trước. Nếu thức ăn phun từ miệng ra thì nên loại bỏ hết những thức ăn còn sót lại trong miệng, không nên cho ăn lại ngay, tránh hít vào phổi gây viêm phổi
8. 嘔吐後 2~3 小時內先禁食，之後試喝溫開水看看會不會嘔吐，若不會再嘔吐才可進食，可先給予清淡、易消化的食物，如加鹽少許的白稀飯、清湯、水煮白麵條、土司等。
Sau nôn khoảng 2-3 giờ không nên cho ăn, sau đó cho uống nước ấm xem có nôn không, nếu không nôn nữa mới cho ăn, trước tiên cho ăn đồ ăn thanh đạm, dễ tiêu hóa như cháo loãng thêm chút muối, nước canh, mì nấu nước, bánh mì..
9. 注意觀察嘔吐物的形態、性狀及內容物：如嘔吐是否為噴射狀？嘔吐的東西是否含食物、膽汁、血塊或痰？嘔吐的時機是吃完就馬上吐，還是不吃也會吐？
Chú ý quan sát hình dạng nôn, đặc điểm và nội dung: như nôn như phun? Chất nôn có kèm theo thức ăn, dịch mật, cục máu hoặc đờm? Thời điểm nôn là ngay sau khi ăn xong hay là

không ăn cũng nôn?

10. 嘔吐時有無其他症狀：如呼吸喘、發燒、畏寒、咳嗽流鼻水、肚子脹或痛、腹瀉、頭痛、抽筋或意識不清等。

Khi nôn có triệu chứng gì khác: như hụt hơi, sốt, ớn lạnh, ho chảy nước mũi, trướng bụng hoặc đau, đi ngoài, đau đầu, chuột rút hoặc ý thức lơ mơ.

11. 較大的小兒嘔吐後，應給予漱口，去除口中異味，以免再引發嘔吐。

Trẻ lớn sau khi nôn cho súc miệng, loại bỏ mùi để tránh gây buồn nôn.

12. 若吃完藥物後馬上嘔吐，應告知醫護人員，以評估是否需要再補吃一次藥物。

Nếu sau khi uống thuốc mà nôn ngay, nên thông báo cho nhân viên y tá để đánh giá xem có phải uống thuốc lại lần nữa.

五、照護注意事項 Những điều chú ý khi chăm sóc :

1. 飯前和如廁後應洗手：照顧者為嬰幼兒準備餐點前、換尿布後，應用肥皂洗手。

Trước khi ăn và sau khi đi vệ sinh phải rửa tay: Người chăm sóc bệnh nhi rửa tay bằng xà phòng trước khi chuẩn bị đồ ăn và sau khi thay bỉm

2. 餐具、奶瓶消毒要確實：尤其是以牛奶為主食的嬰兒。

Phải khử trùng bình sữa và bát đũa cẩn thận: đặc biệt là trẻ em uống sữa là chính.

3. 蔬果要清洗乾淨；開水必須以瓦斯煮沸過，避免生食、生飲自來水。

Rau quả phải rửa sạch sẽ; Nước uống phải đun sôi, tránh ăn sống, uống nước lã

4. 注意大便性狀（例如：稀水便、糊便、軟便）、顏色及次數，糞便中有無血絲；看診時可將便後尿布帶來，這是醫師診斷的重要參考。

Chú ý tình trạng đại tiện (ví dụ: phân lỏng, nhầy, phân nát) màu phân và số lần đi, trong phân có máu không, khi đi khám có thể mang theo bỉm đến kiểm tra, đó là dấu hiệu quan trọng để bác sỹ chẩn đoán.

5. 有紅臀之病童，須勤換尿布，每次大小便後，以溫水清洗臀部，並用毛巾輕拍保持乾燥，可擦凡士林或市售護膚膏保護。若紅臀嚴重，可依照醫師指示使用外用藥膏。

Bệnh nhi bị đỏ mông cần thường xuyên thay bỉm, sau mỗi lần đại tiểu tiện lấy nước ấm rửa mông và dùng khăn thấm nhẹ có thể bôi thêm vaseline hoặc đồ dưỡng da bán ở thị trường. Nếu mông quá hăm có thể bôi thuốc theo chỉ định của bác sỹ.

6. 腹痛、腹脹之病童，取適量脹氣膏放在手心，搓熱後以『順時鐘』方向輕輕按摩（避開肚臍）促進腸蠕動並幫助排氣，或在腹部放溫毛巾，舒緩脹氣不適。

Bệnh nhi trướng bụng và đau bụng, bôi 1 lượng dầu bạc hà vừa phải vào lòng bàn tay, xoa nóng lên rồi mát sa nhẹ theo chiều kim đồng hồ (che rốn lại) để giúp thúc đẩy nhu

động ruột và thải khí hoặc chườm khăn nóng lên bụng, chữa đầy hơi khó chịu.

7. 盡量避免出入公共場所。

Cố gắng ra vào nơi đông người

8. 不可以自己給予止瀉劑服用，以免導致其他合併症。

Không được tự ý uống thuốc đi ngoài để dẫn đến tác dụng phụ

9. 腹瀉期間如果有發燒，請盡量不要量肛溫及使用肛門栓劑退燒。

Nếu trong thời gian bị đi ngoài có sốt, không nên đo thân nhiệt qua hậu môn hoặc viên hạ sốt đặt ở hậu môn.

六、若有以下情形應馬上回診 Nếu có những tình trạng sau đây nên đi khám lại ngay lập tức :

1. 上吐下瀉不止、無法進食 Miệng nôn chôn tháo không ngừng, không ăn được。

2. 高燒不退超過兩天、冒冷汗 Sốt cao quá hai ngày, vã mồ hôi lạnh。

3. 糞便或嘔吐物帶血絲，嘔吐物為黃綠色液體（膽汁）或深咖啡色。Phân hoặc dịch nôn có tia máu, dịch nôn có dịch màu vàng(dịch mật) hoặc màu cà phê đậm

4. 精神活動力差很多、嗜睡或昏睡。Tinh thần và sức hoạt động kém đi rõ rệt, buồn ngủ hoặc ngủ lịm đi

5. 抽搐。Co giật

6. 腹部劇烈痙攣性絞痛（寶寶常把膝蓋變曲頂向前胸來表示），腹脹厲害。Đau quặn bụng(trẻ thường có biểu hiện lấy đầu gối khum đè vào trước ngực), bụng trướng to.

7. 注意脫水的特徵：嬰兒的囟門凹陷、哭泣時不會有眼淚，尿量減少（尿布更換次數減少）、皮膚乾燥或缺乏彈性、體重減輕等。Chú ý đặc điểm tình trạng mất nước: Thóp trẻ lõm, khi khóc không có nước mắt, tiểu ít(số lần thay bím giảm đi)da khô hoặc thiếu đàn hồi, cân nặng giảm

參考資料

台中榮總兒童感染科-常見問題(2012,5月)·傳染性腸胃炎·取自<http://www.vghc.gov.tw/GipOpenWeb/wSite/ct?xItem=56196&ctNode=55431&mp=5921>

陳月枝總校訂(2014) · 實用兒科護理（七版）· 台北：華杏。

黃美智、蔣立琦總校訂(2014) · 兒科護理學（五版）· 台北：永大。

若您想對以上的內容進一步了解，請洽諮詢電話：05-2756000 轉 40 病房分機 4001、4002

Nếu bạn muốn hiểu rõ hơn về nội dung trên xin gọi số điện thoại tư vấn 05-2756000 chuyên:

Chuyển sang 40 phần mở rộng phòng 4001, 4002