

CNDD : Trần Thị Hải, khoa Y Học Nhiễm Đới

Tổ 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

Hội đồng chăm sóc bệnh nhân sốt

Vị trí biên tập viên

Thứ sáu, 29 Tháng 9 2017 20:58 -

cân nặng, tối đa không quá 60mg/kg cân nặng. Và cũng uống cách nhau 4-6 tiếng.

- Ngoài uống thuốc thì lau mát tích cực kết hợp uống nhiều nước như nêu trên có hiệu quả hơn sốt rồi tắt.

3. Sốt cao: Từ 39 độ C trở lên:

- Trong ngày này, cần theo dõi chặt chẽ tình trạng bệnh nhân, ngoài việc lau mát, dùng thuốc hạ sốt và bù nước cần nhanh chóng tìm ra nguyên nhân gây sốt để điều trị kịp thời.

- Khi sốt cao, cơ thể sẽ có thêm các biểu hiện rét run, li bì và có xu hướng mất nước, cần chú ý, không nên mặc quần áo dày, cần phải cởi bỏ quần áo và thoáng mát để cơ thể hạ nhiệt nhanh chóng hơn.

- Ngoài ra, sốt cao sẽ làm đau đầu, cơ thể mệt mỏi và vã mồ hôi, đây là những dấu hiệu hay gặp khi sốt cao.

- Khi tăng 1 độ, chuyển hóa cơ thể cũng tăng khoảng 10% do vậy, ngoài việc hạ sốt, điều trị nguyên nhân, dinh dưỡng hợp lý cũng rất quan trọng, ăn uống bổ sung thực phẩm, các chất giàu năng lượng cung cấp năng lượng cho cơ thể trong giai đoạn sốt, dù dùng nhiều và khó ăn, vì nên chú ý bữa ăn hợp khẩu vị người bệnh.

Sốt là triệu chứng hay gặp, hy vọng một số cách chăm sóc bệnh nhân trên đây có thể giúp ích phần nào cho người bệnh trong chăm sóc tại nhà.