

Những gì quý vị cần biết về...

Chứng Cảm Lạnh Đầu Tiên Của Em Bé

Cảm lạnh rất thông thường trong số các em bé và thường không dẫn đến bất cứ điều gì nghiêm trọng. Thực tế là, đa số các em bé bị từ 8 tới 10 lần cảm lạnh trước ngày sinh nhật thứ 2 của các em. Các triệu chứng cảm lạnh-như chảy nước mũi hoặc nghẹt mũi, ho, hắt hơi, và sốt nhẹ-thường tự nó biến mất trong từ 7 tới 10 ngày. Trong đa số các trường hợp, quý vị chỉ cần nựng nịu và dỗ dành. Sau đây là một số điều có thể giúp cho thậm chí các em bé non nớt nhất cảm thấy dễ chịu hơn:

Để thông mũi bị nghẹt:

Dùng thuốc nhỏ mũi bằng nước muối và một bầu hút bằng cao su trước khi cho ăn và khi đi ngủ. Nhỏ hai giọt vào mỗi lỗ mũi. Bóp cho không khí ra khỏi bầu hút trước hết, sau đó đặt nhẹ đầu hút vào lỗ mũi. Từ từ buông bầu hút ra để hút chất nhày. Điều này có tác dụng tốt nhất cho các em bé dưới 6 tháng tuổi. Sau này, nếu em bé không chịu bầu hút, chỉ dùng thuốc nhỏ mũi để giúp làm loãng chất nhày.

Để làm vơi đi sự khó chịu từ cơn sốt nhẹ (101°-102°F):

Acetaminophen (tìm thấy trong **TYLENOL**[®] của ấu nhi) hoặc ibuprofen (tìm thấy trong **MOTRIN**[®] của ấu nhi) có thể hữu ích. Hỏi bác sĩ xem các sản phẩm này có thích hợp cho em bé của mình hay không.

Để chắc chắn là em bé có đủ chất lỏng:

Cho dùng thêm chất lỏng (như sữa hoặc sữa công thức) trong cả ngày. Chứng nghẹt mũi có thể làm cho em bé khó uống nhiều vào một lần cho ăn.

Đối với các em bé từ 3 tháng tuổi trở xuống, hãy gọi bác sĩ ngay lập tức.

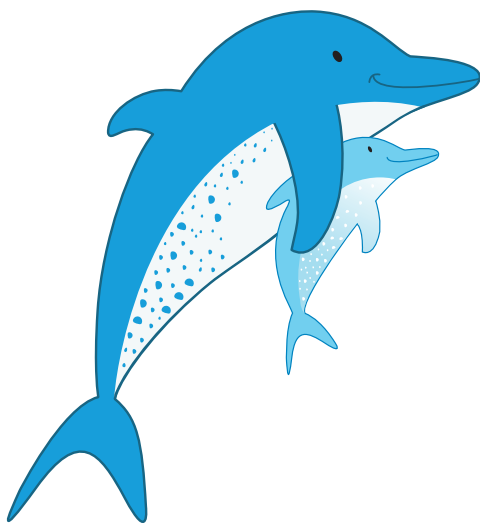
Ở các em bé này, các triệu chứng cảm lạnh có thể bị hiểu sai và có thể nhanh chóng dẫn tới các vấn đề nghiêm trọng hơn, như khó thở. Bác sĩ của quý vị có thể muốn khám cho em bé để chắc chắn rằng đó không phải chỉ là chứng cảm lạnh đơn giản thông thường.

Ở các em bé hơn 3 tháng tuổi, hãy gọi bác sĩ ngay nếu em bé bị các triệu chứng như:

- Hiện đang bị khó thở. Các dấu hiệu bao gồm như thở nhanh, lỗ mũi nở rộng nở ra mỗi khi em thở, môi và móng tay có màu xanh tái.
- Bị sốt cao hơn 102°F
- Bị mệt mỏi hoặc cáu kỉnh khác thường
- Có hành động khác với lúc thường

Học Viện Nhi Khoa Hoa Kỳ đề nghị các bước sau đây:

- Không để em bé lại gần bất cứ ai rõ ràng bị các triệu chứng cảm lạnh
- Mọi người nên rửa tay của m.nh bằng xà bông và nước trước khi chạm vào em bé
- Giữ cho em bé tránh xa các nơi có đám đông như vận chuyển công cộng, nhà hàng, và các khu vực mua sắm, nếu có thể được
- Cho em bé bú sữa mẹ, mặc dù khi quý vị bị cảm lạnh, để truyền sang các kháng thể chống vi rút của bản thân mình
- Phải chắc chắn các thành viên trong gia đình đi chích ngừa bệnh cúm-và em bé cũng vậy khi được 6 tháng tuổi



Tải xuống công cụ Theo Dõi Sức Khỏe Trẻ Em MIỄN PHÍ

Theo dõi chiều cao, cân nặng, BMI, chủng ngừa, các triệu chứng và thuốc men của con quý vị, cộng với việc tính toán liều lượng.

Những lời khuyên bảo vệ sức khỏe từ McNeil Consumer Healthcare Division of McNEIL-PPC, Inc., hãng bào chế thuốc Children's **TYLENOL**[®] và Children's **MOTRIN**[®]



App Store là thương hiệu của Apple Inc. Google Play là thương hiệu của Google Inc. Các mức giá tải tài liệu thông thường có thể áp dụng.