

**Sặc sữa là một trong những tai nạn thường gặp ở trẻ nhỏ, đặc biệt với trẻ dưới 2 tuổi. Đây là hiện tượng sữa trào vào đường thở khiến trẻ khó thở, tím tái, có thể gây ngừng thở. Nếu không sơ cứu kịp thời, có thể gây ảnh hưởng tính mạng cho trẻ.**



Nguyên nhân gây sặc sữa ở trẻ thường là: Cho trẻ bú, ăn không đúng tư thế; Cho bú quá no; Cho trẻ bú khi đang khóc, đang ho; Sữa mẹ nhiều khiến trẻ nuốt không kịp; Núm vú cao su có lỗ thông quá rộng khiến sữa chảy nhiều; Trẻ sinh non tháng nên phản xạ bú-nuốt kém; Trẻ bị dị tật bẩm sinh vùng hầu họng như sứt môi, hở hàm ếch...

Để nhận biết con mình sặc sữa hay không, cha mẹ cần lưu ý khi trẻ đang bú (hoặc sau bú) đột ngột ho sặc sụa, tím tái và lịm đi. Có thể thấy sữa trào qua mũi, miệng.

Đối với những trẻ đẻ non, đặc biệt là trẻ suy dinh dưỡng, trẻ có dị tật vùng hàm mặt, trẻ có tình trạng giảm cơ lực (nhược cơ) thì phản xạ ho kém hơn. Dấu hiệu sặc sữa ở những trẻ này diễn ra khá là yên tĩnh, chủ yếu là biểu hiện bằng triệu chứng tím. Giai đoạn đầu sẽ là tím ở quanh môi, quanh góc mũi, có thể thở nhanh, hoặc thở chậm, ngừng thở.

## CẤP CỨU TRẺ SẶC SỮA

Xử lý đúng cách trong những phút đầu tiên ngay sau khi bé bị sặc là điều vô cùng quan trọng, giúp trẻ nhanh chóng thoát khỏi tình trạng nguy hiểm. Khi trẻ bị sặc sữa, các bà mẹ cần hết sức bình tĩnh và sơ cứu trẻ theo các bước sau:

Nếu trẻ còn ho được: Nghiêng đầu trẻ sang một bên, lau sạch sữa ở mũi, miệng trẻ. Khuyến khích để trẻ ho. Tuyệt đối không dùng ngón tay móc họng trẻ.

### **Nếu trẻ không ho được, nhưng còn tỉnh:**

- Bước 1: Cho trẻ nằm sấp để đầu thấp hơn ngực trên mặt trong cẳng tay tựa vào đùi. Giữ vùng đầu và cằm trẻ ở tư thế thẳng.
- Bước 2: Sử dụng gót bàn tay vỗ lưng 5 lần giữa 2 vai của trẻ theo hướng từ trên xuống dưới ra trước.
- Bước 3: Sau khi vỗ lưng, dùng cẳng tay còn lại đặt lên lưng trẻ, bàn tay giữ chặt đầu

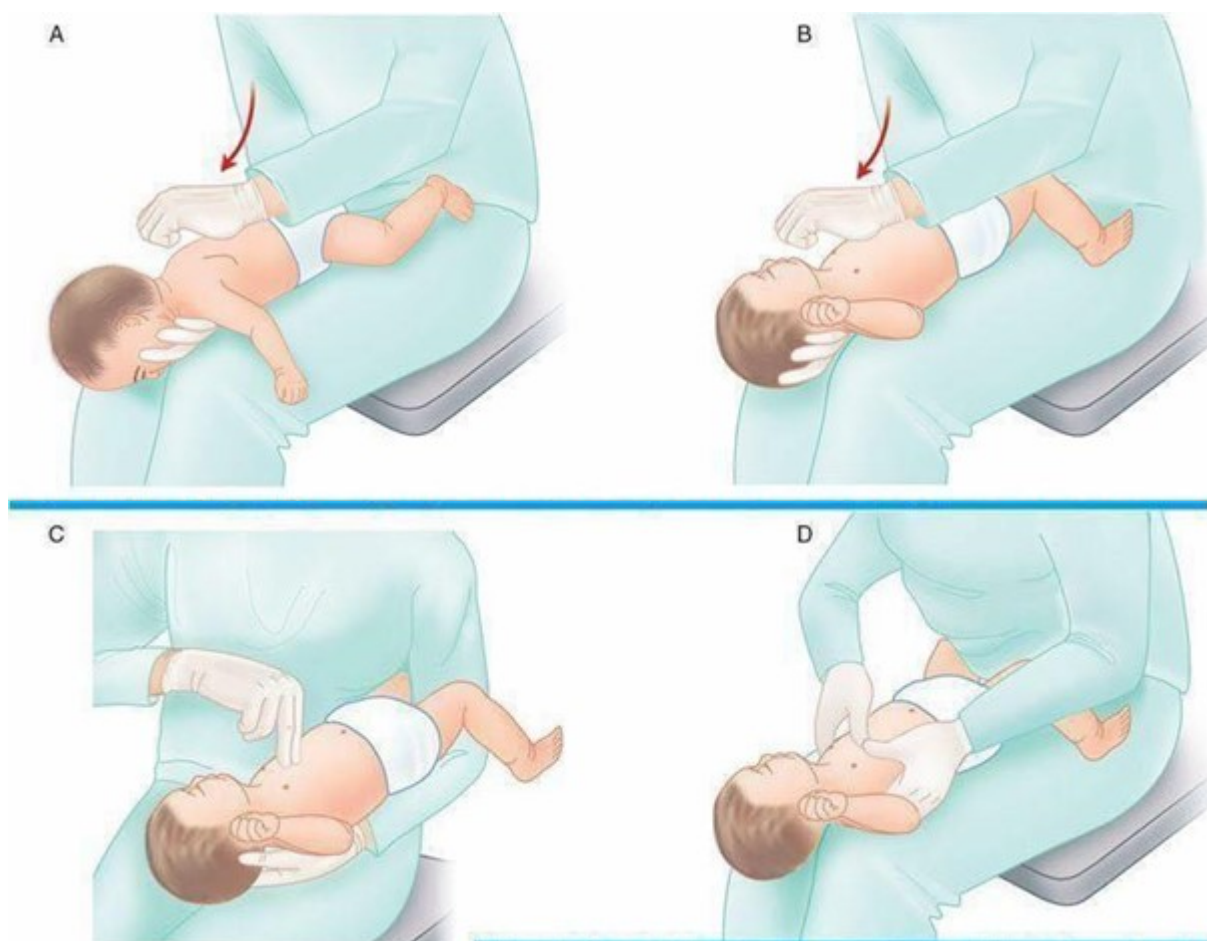
## CÁCH SƠ CỨU KHI TRẺ SẶC SỮA

và cổ.

- Bước 4: Lật ngửa trẻ một cách cẩn thận (giữ chặt đầu và cổ), giữ trẻ nằm ngửa trên mặt trong cẳng tay tựa vào đùi. Giữ đầu thấp hơn cơ thể.

- Bước 5: Ấn ngực 5 lần ở vị trí 1/2 dưới xương ức, ngay dưới đường liên vú. Mỗi lần đẩy ngực khoảng 1 giây, cố gắng tạo áp lực đủ để sữa ra ngoài.

- Bước 6: Lặp lại chu kỳ 5 lần vỗ lưng và 5 lần ấn ngực cho đến trẻ thở lại hoặc khi trẻ không đáp ứng.



### Nếu trẻ bất tỉnh:

-Bước 1: Lập tức gọi hỗ trợ từ người thân, cấp cứu y tế (gọi điện thoại, bật chế độ loa ngoài và làm theo hướng dẫn). Người cấp cứu có thể ngồi hoặc quỳ tùy theo điều kiện.

## CÁCH SƠ CỨU KHI TRẺ SẶC SỮA

-Bước 2: Ngay lập tức ép tim-thổi ngạt cho trẻ. Tiếp tục cấp cứu tại chỗ đến khi trẻ hồng trở lại hoặc có nhân viên y tế hỗ trợ.

Để tránh trẻ bị sặc sữa, khi cho trẻ bú, mẹ cần bế trẻ cao đầu, ở tư thế thoải mái. Nên cho trẻ ăn dưới ánh sáng để dễ dàng quan sát thấy được trẻ nuốt sau khi mút sữa và các hiện tượng tím (nếu có).

Ngoài ra, nếu sữa mẹ tiết ra nhiều mà trẻ không bú kịp, mẹ có thể làm giảm tốc độ của dòng sữa bằng cách dùng hai ngón tay kẹp bớt đầu vú lại. Với trẻ nhỏ, nhất là trẻ sơ sinh, không nên cho trẻ bú vội vàng.

Với những trẻ bú bình, bố mẹ hãy chọn những bình sữa có núm vú phù hợp với lứa tuổi, không quá to, giúp sữa xuống miệng trẻ không quá nhiều, không bị sặc. Khi cho trẻ bú, cần nghiêng bình sữa góc 45 độ để sữa chảy xuống đáy lỗ núm vú. Trẻ sẽ không phải mút nhiều, không khí ít vào sẽ hạn chế xảy ra tình trạng sặc sữa.

Sau khi bú xong, nên bế trẻ nằm sấp trên vai hoặc ngực mẹ 15-20 phút, vỗ nhẹ lưng để trẻ ợ bớt hơi trong dạ dày, tránh đầy hơi sẽ kích thích gây sặc. Cha mẹ nên chia thành nhiều bữa nhỏ đặc biệt là đối với trẻ nhẹ cân.

Đối với các trẻ có các dị tật vùng hàm mặt nên đi khám sớm để điều trị kịp thời và có các dụng cụ hỗ trợ để giảm thiểu nguy cơ sặc. Cần cho trẻ đến khám tại cơ sở y tế gần nhất khi trẻ nhũ nhi bỏ bú.

**NGUYỄN TRUNG TÍN - KHOA SẢN - CẤP CỨU**

**Nguồn:** Cách sơ cứu khi trẻ sặc sữa. Bộ y tế.

[https://moh.gov.vn/web/phong-chong-tai-nan-thuong-tich/tin-noi-bat/-/asset\\_publisher/iinMRn208ZoI/content/cach-so-cuu-khi-tre-sac-sua](https://moh.gov.vn/web/phong-chong-tai-nan-thuong-tich/tin-noi-bat/-/asset_publisher/iinMRn208ZoI/content/cach-so-cuu-khi-tre-sac-sua)

