

Nôn Trớ, Đầy Hơi Ở Trẻ Sơ Sinh Nguyên Nhân, Cách Xử Trí Và Các Thuốc Thường Dùng

Nôn trớ và đầy hơi là hiện tượng rất phổ biến ở trẻ sơ sinh, đặc biệt trong 6 tháng đầu đời. Hầu hết các trường hợp là sinh lý bình thường do hệ tiêu hóa còn non nớt. Tuy nhiên, nếu không chăm sóc đúng cách hoặc trẻ có biểu hiện bất thường, tình trạng này có thể ảnh hưởng đến sức khỏe và sự phát triển của trẻ.

1. Vì sao trẻ sơ sinh hay bị nôn trớ, đầy hơi?

- Hệ tiêu hóa chưa hoàn thiện: Cơ vòng giữa thực quản và dạ dày (cơ thắt thực quản dưới) còn yếu, khiến sữa dễ trào ngược lên miệng.
- Nuốt hơi khi bú: Trẻ bú quá nhanh, khóc nhiều trước khi bú, hoặc dùng bình sữa với núm vú không phù hợp có thể nuốt nhiều không khí.
- Tư thế bú không đúng: Bú nằm ngang hoặc không vỗ ợ hơi sau bú khiến trẻ đầy bụng, khó tiêu.
- Chế độ ăn của mẹ hoặc sữa công thức: Nếu trẻ bú mẹ, một số thực phẩm mẹ ăn (như bắp cải, súp lơ, đồ uống có gas) có thể gây đầy hơi cho trẻ. Nếu trẻ bú bình, sữa công thức không phù hợp có thể gây khó tiêu.
- Nguyên nhân hiếm gặp: Một số bệnh lý như hẹp môn vị (tắc nghẽn giữa dạ dày và ruột non) hoặc tắc ruột có thể gây nôn trớ nghiêm trọng, cần được bác sĩ kiểm tra ngay.



2. Triệu chứng thường gặp

Nôn Trớ, Đầy Hơi Ở Trẻ Sơ Sinh Nguyên Nhân, Cách Xử Trí Và Các Thuốc Thường Dùng

Nôn trớ:

- Trẻ trớ sữa ngay sau khi bú hoặc khi thay đổi tư thế (ví dụ: từ nằm sang ngồi).
- Sữa trớ ra thường ít, màu trắng, không kèm sốt hay máu.
- Trẻ vẫn bú tốt, chơi ngoan, tăng cân bình thường.

Đầy hơi:

- Bụng căng, cứng, bé quấy khóc, ưỡn người, xì hơi nhiều.
- Trẻ khó chịu sau khi bú, ngủ không ngon giấc.

3. Khi nào là bình thường - khi nào cần đưa đi khám?

Bình thường nếu:

- Trẻ nôn trớ vài lần mỗi ngày (thường dưới 5 lần), nhưng vẫn ăn, ngủ và tăng cân tốt.
- Không có dấu hiệu nhiễm trùng như sốt, tiêu chảy, hoặc phân có máu.

4. Cách chăm sóc tại nhà giúp giảm nôn trớ, đầy hơi

Cho bú đúng tư thế: Đặt đầu trẻ cao hơn thân, nghiêng nhẹ sang một bên (khoảng 30-45 độ). Nếu bú bình, giữ bình nghiêng để sữa lấp đầy núm vú, tránh trẻ nuốt khí.

Vỗ ợ hơi sau bú:

- Đặt trẻ tựa vào vai, một tay đỡ mông, tay kia vỗ nhẹ lên lưng từ dưới lên trên trong 5-10 phút.
- Có thể đặt trẻ ngồi, hơi cúi về trước, tay đỡ cằm và vỗ nhẹ lưng.
- Lặp lại nếu trẻ vẫn có dấu hiệu đầy hơi (quấy khóc, bụng căng).
- Không cho bú quá no: Chia nhỏ bữa bú (ví dụ: 60-80ml mỗi 2-3 giờ thay vì 120ml một lần) để giảm áp lực lên dạ dày.

Massage bụng nhẹ nhàng:

- Dùng đầu ngón tay xoa bụng trẻ theo chiều kim đồng hồ, bắt đầu từ rốn ra ngoài,

Nôn Trớ, Đầy Hơi Ở Trẻ Sơ Sinh Nguyên Nhân, Cách Xử Trí Và Các Thuốc Thường Dùng

trong 5-10 phút, 2-3 lần/ngày.

- Có thể kết hợp động tác đạp xe nhẹ nhàng bằng cách gập và duỗi chân trẻ để kích thích nhu động ruột.

Chọn núm vú phù hợp: Nếu trẻ bú bình, dùng núm vú có lỗ nhỏ, chống sặc, và kiểm tra để đảm bảo không có bọt khí trong sữa.

Điều chỉnh chế độ ăn của mẹ: Nếu trẻ bú mẹ, mẹ nên tránh thực phẩm gây đầy hơi như bắp cải, súp lơ, đậu, hoặc đồ uống có gas. Thử theo dõi xem trẻ có cải thiện khi mẹ thay đổi chế độ ăn.

Thử đổi sữa công thức: Nếu trẻ bú bình và có dấu hiệu đầy hơi, khó tiêu, hãy tham khảo ý kiến bác sĩ để đổi sang loại sữa dễ tiêu hóa hoặc ít gây dị ứng.

⚠ **CẦN ĐI KHÁM NGAY nếu:**

Trẻ nôn mạnh, phun thành tia, đặc biệt sau mỗi lần bú.

Trẻ không tăng cân, bỏ bú, li bì, hoặc có dấu hiệu mất nước (môi khô, tiểu ít, mắt trũng).

Nôn kèm sốt, tiêu chảy, hoặc phân có máu.

Bụng trướng kéo dài, trẻ khóc thét không dỗ được (có thể do bệnh lý như hẹp môn vị hoặc tắc ruột).

5. **Các loại thuốc thường được bác sĩ chỉ định khi thăm khám tại các cơ sở y tế**

Men vi sinh (Probiotics);

Simethicone - Thuốc chống đầy hơi;

Thuốc chống trào ngược;

Dung dịch bù nước - điện giải.

6. Kết luận



Nôn trớ và đầy hơi ở trẻ sơ sinh thường là hiện tượng sinh lý bình thường và sẽ giảm dần khi trẻ lớn lên (thường sau 6-12 tháng). Phụ huynh cần chăm sóc đúng cách (tư thế bú, vỗ ợ hơi, massage bụng) và theo dõi sát các dấu hiệu bất thường. Không tự ý sử dụng thuốc mà không có chỉ định của bác sĩ. Nếu trẻ có các triệu chứng nghiêm trọng như nôn phun tia, không tăng cân, hoặc bụng trướng kéo dài, hãy đưa trẻ đến bác sĩ chuyên khoa nhi ngay lập tức. Sự phối hợp giữa chăm sóc tại nhà và tư vấn y khoa kịp thời sẽ giúp trẻ vượt qua giai đoạn này an toàn và khỏe mạnh.

KHOA DƯỢC - BVPSTG

Nguồn:

<https://www.tudu.com.vn/>

<https://nhidong.org.vn/>

<https://drugbank.vn>