

ĐỘI GIÁO DỤC VÀ ĐÀO TẠO
TRƯỜNG SƯ PHẠM TRUNG ƯƠNG



CK.0000060848

NGUYỄN THỊ PHONG

PHÒNG BỆNH VÀ ĐẢM BẢO AN TOÀN CHO TRẺ



NHÀ XUẤT BẢN ĐẠI HỌC QUỐC GIA HÀ NỘI

BỘ GIÁO DỤC VÀ ĐÀO TẠO
TRƯỜNG CAO ĐẲNG SƯ PHẠM TRUNG ƯƠNG

BS. NGUYỄN THỊ PHONG

PHÒNG BỆNH VÀ ĐẢM BẢO AN TOÀN CHO TRẺ

(Tái bản lần thứ 3 có sửa chữa bổ sung)

NHÀ XUẤT BẢN ĐẠI HỌC QUỐC GIA HÀ NỘI - 2012

LỜI NÓI ĐẦU

Trẻ em nước ta chiếm một tỷ lệ khá cao trong tổng số dân số cả nước. Tỷ lệ mắc bệnh và tử vong ở trẻ còn cao, nhất là những bệnh nguyên nhân do nhiễm khuẩn, truyền nhiễm và bệnh do dinh dưỡng. Chăm sóc sức khoẻ cho trẻ em là trách nhiệm của cả cộng đồng xã hội trong đó ngành mầm non cũng đóng góp một phần đáng kể.

Cuốn sách “Phòng bệnh và đảm bảo an toàn” là tài liệu học tập giúp cho sinh viên ngành học mầm non có những tri thức về một số bệnh ở trẻ em, những kỹ năng chăm sóc và xử lý ban đầu khi trẻ mắc bệnh hoặc bị tai nạn ở trường mầm non. Tài liệu còn đáp ứng nhu cầu đào tạo giáo viên mầm non theo chương trình đổi mới chăm sóc giáo dục trẻ của Bộ Giáo dục và Đào tạo.

Tài liệu viết không tránh khỏi sự thiếu sót. Rất mong nhận được sự góp ý của các độc giả để cuốn tài liệu này được hoàn thiện hơn.

Tác giả

CHƯƠNG I

ĐẠI CƯƠNG VỀ BỆNH TRẺ EM

Cơ thể trẻ em là cơ thể đang lớn và đang phát triển. Đó là hai quá trình sinh học cơ bản của trẻ. Sự lớn và sự phát triển của trẻ cũng tuân theo quy luật chung của sự tiến hoá sinh vật, đi từ thấp lên cao, từ đơn giản đến phức tạp. Quá trình tiến hoá này không phải là quá trình tuần tiến mà có những bước nhảy vọt, có sự khác về chất, chứ không đơn thuần về lượng. Với trẻ em, ở mỗi giai đoạn lứa tuổi trẻ có những đặc điểm sinh học khác nhau, liên quan đến sự phát triển bình thường cũng như quá trình bệnh lý của trẻ.

I. KHÁI NIỆM VỀ BỆNH

Bệnh là gì? Câu hỏi này được đặt ra ngay khi loài người có trên Trái Đất này. Nhưng câu trả lời luôn luôn thay đổi qua các thời đại theo lịch sử tiến bộ của khoa học. Những quan điểm duy tâm lùi dần về cuối cùng đi đến sự toàn thắng của quan điểm duy vật.

1. Sơ lược khái niệm về bệnh qua các thời đại

1.1. Trong thời kỳ nguyên thủy

Quan niệm con người mắc bệnh khi bị nhiễm sức mạnh tối tăm huyền bí xâm nhập vào cơ thể như ma làm, thánh vật và muốn chữa bệnh thì phải cúng bái, dùng bùa mê, nước thải, nhò phù thủy bắt ma... Những quan niệm mê tín dị đoan đó hiện nay vẫn còn ở những địa phương lạc hậu và thường được các tôn giáo lợi dụng để mê hoặc người dân.

1.2. Qua các nền văn minh cổ đại

Vào thời kỳ cổ Trung Hoa cách hơn 5000 năm trước công nguyên, thuyết “Âm dương ngũ hành” được dùng để giải thích bệnh: bệnh là khi cân bằng âm dương bị rối loạn như âm thịnh dương suy, là khi lục phủ ngũ tạng mất quan hệ khăng khít với nhau theo quy luật “tương sinh tương khắc” của ngũ hành.

Quan niệm của đông y rất phù hợp với biện chứng như quy luật thống nhất và đấu tranh giữa các mặt đối lập như nhìn cơ thể là một khối thống nhất cả bên trong lẫn bên ngoài. Song đó vẫn là quan điểm duy vật thô sơ, lý luận còn trừu tượng và thiếu phần thực nghiệm. Do vậy, đông y vẫn giẫm chân tại chỗ hàng chục thế kỷ nay.

Tại thời kỳ cổ Ai Cập vào 3000 năm trước công nguyên, người ta cho sự sống là do “chất khí” và hô hấp là theo chất khí đó vào trong cơ thể. Khi chất khí trong sạch thì cơ thể khỏe mạnh, khi chất khí bẩn thì sinh ốm đau bệnh tật.

Tại cổ Ấn Độ, quan niệm sống chết là luân hồi. Chết chỉ là một giai đoạn của sống. Cơ thể chỉ là một vật vô tri vô giác, trong đó linh hồn vận động bảo đảm sự thống nhất của các bộ phận của cơ thể, sự lành mạnh bình thường của các chức phận. Bệnh là sự đấu tranh của linh hồn để duy trì sự vận động bình thường đó.

Trong văn minh Hy Lạp – La Mã, với học thuyết thể dịch về bệnh, Hypocrat (460 – 377 trước công nguyên) cho rằng chức năng cơ thể con người là do 4 chất dịch quyết định. Đó là máu đỏ là biểu hiện tình trạng nóng, máu đen tương ứng với âm, mật vàng ở gan biểu hiện tình trạng khô và niêm dịch ở não biểu hiện tình trạng lạnh. Khi người ta khỏe mạnh thì có sự cân bằng 4 dịch đó, bệnh là do mất cân bằng.

1.3. Thời kỳ trung cổ

Thiên Chúa giáo thống trị đã cho bệnh là sự trừng phạt của đấng tối cao và thuốc tốt nhất là nhịn đói và cầu kinh.

1.4. Thế kỷ thứ XVI - XVII

Trong thời kỳ Phục hưng con người đã xé toạc màn tối trung cổ trong mọi lĩnh vực, trong đó có y học. Vesalius (1514 – 1561) là người nghiên cứu một cách hệ thống cấu trúc cơ thể bằng phương pháp mổ tử thi và như vậy đặt nền móng cho môn giải phẫu và cơ thể bệnh. Harwey (1578 – 1657) đã phát hiện ra hệ tuần hoàn đặt nền móng cho sinh lý. Decac coi cơ thể như một cỗ máy mà xương là đòn bẩy, cơ xương là những lực kéo, tim là bơm và mạch máu là ống dẫn.

Như vậy, bệnh là khi bộ máy sinh vật bị hư hỏng không khác gì máy bị thiếu nhiên liệu hay các bộ phận bị xộc xệch.

Học thuyết này không nói lên được những phản ứng phức tạp của cơ thể sống đối với yếu tố gây bệnh.

1.5. Thế kỷ XVIII - XIX

Đó là thế kỷ phát triển của cơ thể bệnh học và của y học thực nghiệm. Những tiến bộ của khoa học tự nhiên như phát minh ra kính hiển vi, hoá học (phát minh thuốc nhuộm) đã giúp cho môn cơ thể bệnh đạt được thành tựu rõ rệt và đã nảy nở khái niệm bệnh là có liên quan đến thay đổi đầu tiên ở bộ phận và bao giờ cũng tìm thấy nguyên nhân gây bệnh ở tổn thương cấu trúc ban đầu của cơ quan, ngăn cản cơ quan đó hoạt động.

1.6. Thế kỷ XX

Quan niệm giải phẫu cục bộ, tổn thương tế bào không đủ để giải thích nhiều bệnh, nhất là những bệnh tinh thần kinh. Do vậy xuất hiện y học tâm thân- thể xác. Đó là một quan niệm nêu vai trò chủ yếu của yếu tố tâm lí trong nguyên nhân và cơ chế sinh bệnh của các bệnh chức phận và thực thể. Từ đó có nhiều trường phái nhìn vào vấn đề bệnh tật một cách toàn diện hơn.

2. Những đặc điểm nên có trong một khái niệm về bệnh

2.1. Bất cứ bệnh nào cũng có nguyên nhân nhất định

Bệnh đều do tác nhân phá hoại này hay khác gây nên. Tuy nhiên trong y học còn có nhiều bệnh còn có nhiều bệnh chưa tìm được ra nguyên nhân, chính là vì trình độ khoa học chưa cho phép tìm ra được những nguyên nhân ấy. Thực tế ngày nay đã chứng minh mỗi ngày cái không biết ngày càng giảm đi, nhường chỗ cho cái đã biết.

2.2. Bệnh là một cân bằng mới

Khi bị bệnh cũng có một trạng thái cân bằng, khác cân bằng sinh lí, vì có những yếu tố mới khác tham gia (những yếu tố bệnh lí...) và có tính chất kém bền vững (hay thay đổi về hướng nặng của bệnh hay về hướng phục hồi).

Ví dụ :

Sốt cao có một cân bằng mới giữa sinh nhiệt và thải nhiệt do giới hạn của trung tâm điều hoà nhiệt, điều chỉnh thân nhiệt ở nhiệt độ cao.

Đứng trước mọi tác nhân làm thay đổi sự hằng định đó thì cơ thể sẽ tích cực chống đỡ lại nhờ khả năng bảo vệ.

2.3. Bệnh hạn chế khả năng thích ứng của cơ thể

Để duy trì hằng định của nội môi thì cơ thể luôn luôn không ngừng thích ứng với biến đổi của ngoại cảnh. Người khoẻ thì khả năng này càng lớn và ít bị bệnh, còn người yếu thì ngược lại. Trong khi bị bệnh khả năng thích ứng vẫn còn song bị hạn chế rõ ràng.

Ví dụ :

Khi bị sốt khả năng thích ứng với nóng lạnh vẫn còn, biểu hiện là khi lạnh vẫn run mình, sờn gai ốc, hay khi nóng vẫn có thể đổ được mồ hôi. Song những khả năng không được nhạy bén như ở người bình thường.

2.4. Hạn chế khả năng lao động của cơ thể

Căn cứ vào những điểm trên có thể nêu ra định nghĩa về bệnh như sau :

Bệnh là sự rối loạn đời sống bình thường của cơ thể do ảnh hưởng của những tác nhân phá hoại khác nhau. Sự rối loạn ấy dẫn tới một cân bằng mới kém bền vững, hạn chế khả năng thích nghi của cơ thể với ngoại môi và giảm khả năng lao động của con người.

Đối với trẻ em, cơ thể trẻ là một cơ thể đang lớn và đang trưởng thành. Đó là hai quá trình sinh học cơ bản của trẻ.

- Khái niệm *lớn*: Chỉ sự tăng lên về kích thước, khối lượng (tăng về cân nặng, chiều cao, vòng đầu, vòng ngực...) nghĩa là sự tăng lên về lượng.

- Khái niệm *phát triển*: Là sự hoàn thiện những chức năng sinh lý, từ chưa có đến có và từ có đi tới hoàn thiện. Ví dụ: Chức năng của hệ tiêu hoá là tiêu hoá thức ăn, hấp thu và thải bã. Nhưng trong 3 tháng đầu tuyền nước bọt của trẻ ít hoạt động

nên lượng nước bọt còn rất ít. Vì thế trẻ chỉ ăn được thức ăn là sữa. Từ tháng thứ 4 lượng nước bọt tiết ra nhiều và tăng dần các hoạt tính của men tiêu hoá, đồng thời 6 tháng trẻ mọc răng và đến 2 tuổi mọc đủ răng sữa. Do vậy, trẻ có thể ăn bổ sung và dần dần ăn được các thức ăn giống như người lớn.

Vậy trẻ bị bệnh là quá trình lớn và quá trình phát triển của trẻ bị rối loạn. Chăm sóc và bảo vệ sức khoẻ cho trẻ gồm 4 nội dung:

- Tăng cường sức khỏe
- Phòng bệnh
- Chữa bệnh
- Phục hồi chức năng.

Ngành giáo dục mầm non có nhiệm vụ quan trọng góp phần vào việc chăm sóc sức khỏe trẻ em, trong đó việc tăng cường sức khỏe và phòng ngừa bệnh tật cho trẻ là khâu quan trọng. Do vậy, giáo viên mầm non cần phải tổ chức chế độ sinh hoạt phù hợp với từng độ tuổi, từng đối tượng trẻ, có những tri thức và kỹ năng tốt về dinh dưỡng, chăm sóc vệ sinh và phòng bệnh cho trẻ, tạo điều kiện tốt nhất để trẻ lớn và phát triển đến mức tối đa.

II. TÌNH HÌNH MẮC BỆNH Ở TRẺ EM

1. Tình hình mắc bệnh chung

Trẻ em trên thế giới ước tính xấp xỉ 40% dân số thế giới. Tỷ lệ bệnh tật ở trẻ không cụ thể như tỷ lệ tử vong, vì ranh giới giữa bệnh và không bệnh không rõ ràng.

Tỷ lệ bệnh tật ở trẻ em thay đổi theo lứa tuổi, tình trạng kinh tế, văn hoá, xã hội của cộng đồng. Trong nhiều thập niên

trước đây, với sự nỗ lực của các quốc gia và các tổ chức quốc tế, tình hình sức khoẻ trẻ em ở các nước đang phát triển đã được cải thiện rõ rệt, nhưng đứng ở bình diện toàn cầu thì lại chưa được cải thiện bao nhiêu. Khi nói đến bệnh tật ở trẻ em không nên nói chung, vì mỗi lứa tuổi, mỗi thời kỳ trẻ có những đặc điểm sinh lý và bệnh lý khác nhau.

Có thể xếp bệnh tật của trẻ thành 3 nhóm tuổi theo bảng dưới đây:

Lứa tuổi	Nước đang phát triển	Nước phát triển
0 - 1 tuổi	Bệnh nhiễm khuẩn; bệnh truyền nhiễm; bệnh do dinh dưỡng...	Dị tật bẩm sinh; di chứng sang chấn do đẻ...
1 - 4 tuổi	Bệnh do dinh dưỡng; bệnh truyền nhiễm; bệnh do nhiễm khuẩn, nhiễm ký sinh trùng...	Dị tật bẩm sinh; bệnh do chuyển hoá...
5 - 14 tuổi	Bệnh nhiễm trùng, nhiễm ký sinh trùng; tai nạn; bệnh học đường; sâu răng...	Bệnh ung thư; dị tật bẩm sinh; bệnh tim mạch; tiểu đường; tai nạn...

2. Tình hình mắc bệnh ở trẻ em nước ta

Mô hình bệnh tật của trẻ em nước ta chủ yếu là mô hình của các nước đang phát triển. Đứng hàng đầu vẫn là các bệnh nhiễm khuẩn và thiếu dinh dưỡng. Trong các bệnh nhiễm khuẩn, đứng đầu là các bệnh nhiễm khuẩn hô hấp cấp tính, bệnh tiêu chảy cấp và một số bệnh truyền nhiễm như sốt rét, sốt xuất huyết, sởi, viêm gan do virus, viêm não. Các bệnh do suy