

The image features a central text element surrounded by seven light purple circles. Two circles are located above the text, and five are below it. The circles are arranged in a roughly rectangular pattern, with the text centered horizontally between the top and bottom rows of circles.

**CHĂM SÓC TRẺ LÀNH MẠNH**



## Mục tiêu:

- Biết được các lĩnh vực chăm sóc sức khỏe trẻ lành mạnh.
- Biết được các vấn đề cần tư vấn cho trẻ và cha mẹ trong các thời kì.

# Dàn bài

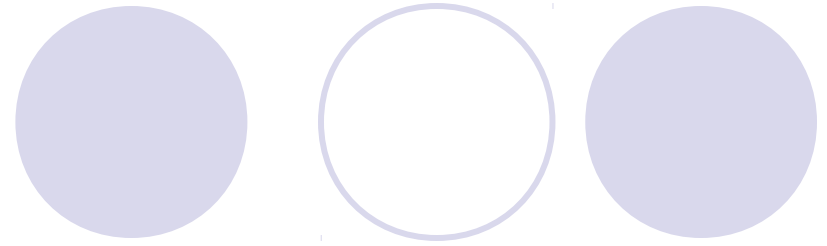
- Đại cương
- Xác định yếu tố nguy cơ
- Tiêm chủng
- Khám sàng lọc
- Tư vấn sức khỏe



## Đại cương:

- Chăm sóc trẻ em khỏe mạnh là 1 lĩnh vực thách thức nhưng rất quan trọng → định kì kiểm tra sức khỏe đánh giá sự phát triển thể chất, vận động, tâm thần và hành vi của trẻ.
- Phát hiện sớm, điều trị kịp thời và công tác dự phòng → vai trò của bác sĩ Y học gia đình.

# Đại cương(tt):



- Chăm sóc sức khỏe cho trẻ em khỏe mạnh gồm 4 lĩnh vực:
  - Xác định yếu tố nguy cơ.
  - Tiêm chủng tạo miễn dịch.
  - Khám sàng lọc.
  - Tư vấn chăm sóc sức khỏe.

# I/ Xác định yếu tố nguy cơ:

- Tiền căn + khám + xét nghiệm  
--> phân loại nhóm nguy cơ → xây dựng chương trình quản lý sức khỏe phù hợp.
- Xây dựng hồ sơ theo dõi trẻ gồm:
  - Tiền sử gia đình.
  - Điều kiện kinh tế
  - Môi trường sống
  - Tiền sử sản khoa
  - Tiền sử dị ứng, thuốc điều trị.
  - Chế độ dinh dưỡng.
  - Sự tăng trưởng và phát triển.
  - Kết quả khám những lần trước.

## II/ Tiêm chủng tạo miễn dịch:

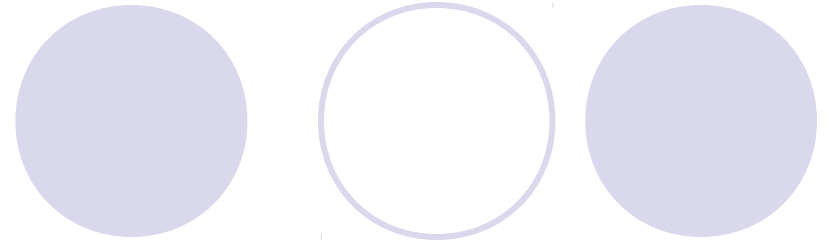
- Chủng ngừa: tạo miễn dịch mắc phải chủ động.
- Khuyến hướng phát triển:
  - Đưa vaccin mới viêm gan A,B.
  - Đưa vaccin mới Hib B.
  - Chuyển từ bại liệt uống OPV sang bại liệt tiêm IPV.
  - Thuốc chủng liên hợp mới (phế cầu và não mô cầu nhóm C).
  - Thay thế DTPw với DTPa
- Sử dụng thuốc 5 trong 1 hoặc 6 trong 1.
  - Vaccin chống siêu vi Rota.
  - Thuốc chủng ngừa HPV.

# Lịch tiêm chủng mở rộng:

Sơ sinh	2th	3th	4th	9th	18 <sup>th</sup>
BCG					
VGB0	VGB1	VGB2	VGB3		
	HiB1	HiB2	HiB3		
	DPT1	DPT2	DPT3		DPT nhắc
		Bại liệt 2	Bại liệt 3		
				Sởi	Sởi



### III/ Khám sàng lọc:



- Sinh trưởng và phát triển
- Hệ tuần hoàn.
- Vẹo cột sống.
- Thính lực.
- Thị giác.
- Răng miệng.

# 1/ Sinh trưởng, phát triển:

- Vòng đầu cần theo dõi trong 2 năm đầu.
- Chiều cao, cân nặng được theo dõi thường xuyên đến tuổi vị thành niên.
- Sinh trưởng chậm, không phù hợp với tuổi → chú ý đến bệnh nền của trẻ.
- Trẻ chậm phát triển nếu như sự phát triển hiện tại chỉ đạt 25% ở mức kì vọng theo tuổi ở bất kì lĩnh vực nào

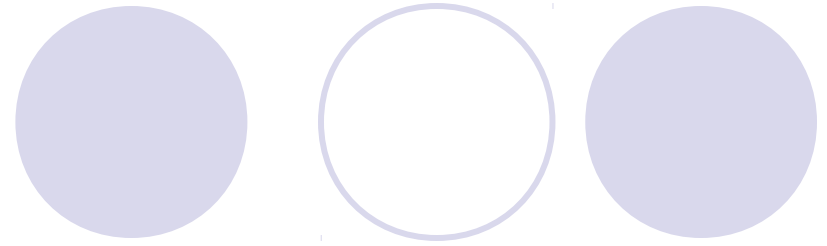
# Đánh giá sự phát triển của trẻ:

Tháng tuổi	Vận động	Kết hợp vận động	Ngôn ngữ	Tương tác xã hội
1	Giữ được đầu khi nằm sấp	Giữ được cái lúc lắc		Đáp ứng bằng tỉnh thức
2	Giữ được ngực khi nằm sấp	Mắt theo được vật chuyển động qua đường giữa		Cười mỉm
3	Nằm sấp tựa trên khuỷu	Chớp mắt khi bị dọa		Cười ra tiếng
4	Nằm sấp tựa trên tay Đầu không tụt về sau khi để ngồi	Nắm 2 tay với nhau		Hướng về tiếng động PXAS của đồng tử đối xứng
5	Ngồi nếu được nâng đỡ	Chuyển vật từ tay này sang tay kia		Cười to
6	Ngồi được với tựa nhẹ		Bập bẹ từng tiếng	

# Đánh giá sự phát triển của trẻ (tt):

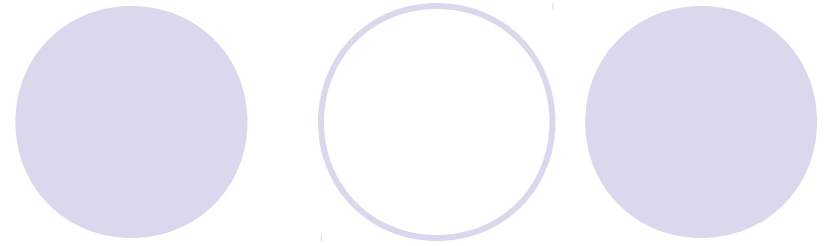
Tháng tuổi	Vận động	Kết hợp vận động	Ngôn ngữ	Tương tác xã hội
7	Ngồi vững không cần đỡ	Cầm được viên bi nhỏ		Tìm được đồ vật bị rơi
8	Khuynh hướng đứng từ tư thế ngồi	Cầm đồ bằng 2 ngón	Phát âm 2 tiếng baba, mama	
9	Bắt đầu đứng	Đập 2 vật vào nhau gây tiếng động		Chơi trò trốn tìm
12	Tập đi	Cầm đồ vững bằng 2 ngón	Phát âm được 2 tiếng	Tìm được đồ vật bị giấu Làm theo lệnh đơn giản Uống bằng cốc
15	Đi 1 mình	Để 1 viên bi vào ly rồi lấy ra	Vốn từ 3 – 4 từ	Làm theo lệnh miệng
18	Leo cầu thang	Chồng 3 khối lên nhau		Dùng muỗng Bắt chước việc nhà
24	Chạy	Chồng được 4- 5 khối	Vốn từ 40 -50 từ	Dùng được câu 2 từ, thích đọc, chỉ các đồ vật

## 2/ Hệ tuần hoàn:



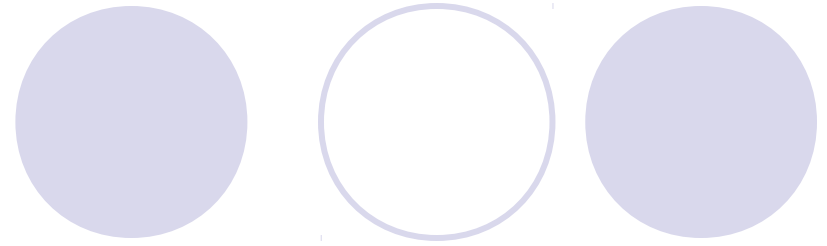
- Tim bẩm sinh thường được phát hiện trong 6 tháng đầu → nghe tim, bắt mạch giai đoạn sơ sinh và ít nhất 2 lần trong 6 tháng đầu.
- Tăng huyết áp được khẳng định qua 3 lần đo riêng biệt trước khi bắt đầu điều trị. Tăng huyết áp được xác định khi HA tâm thu van/hoặc HA tâm trương > mức HA ở bách phân vị thứ 90 theo tuổi, chiều cao, giới tính.

### 3/ Vẹo cột sống:



- Sàng lọc vẹo cột sống ở trẻ gái ở lứa tuổi 10 – 14 tuổi, trẻ trai 12 – 16 tuổi.

## 4/ Thính lực:



- Đánh giá thính lực bằng cách kiểm tra đáp ứng của trẻ đối với tiếng động được tạo ra từ ngoài tầm mắt.
- Điếc bẩm sinh cần chẩn đoán sớm để đạt kết quả điều trị cao vì sự phát triển ngôn ngữ đạt 80% vào năm thứ 3 sau sinh.

## 5/ Thị giác:

- Khám thị giác để sàng lọc: đục thủy tinh thể, u nhãn cầu, tật khúc xạ, lác, giảm thị lực.
- Trẻ 3 tuổi kiểm tra thị lực, phát hiện trẻ có lác không.
- Đo thị lực lặp lại lúc trẻ 5 – 6 tuổi.



## 6/ Chăm sóc răng miệng:

- Sâu răng thường gặp ở trẻ em.
- Phòng bệnh nha khoa bằng cách khám răng định kì, hướng dẫn cách đánh răng, chăm sóc răng miệng cho trẻ và cha mẹ trẻ.

# Sàng lọc cận lâm sàng:

- Không nhất thiết phải tiến hành ở mỗi lần khám.
- Lựa chọn xét nghiệm phù hợp để phát hiện dị tật, thiếu máu, theo dõi bệnh lí mãn tính, bệnh chuyển hóa....dựa vào tiền căn gia đình, môi trường sống, kết quả khám thực thể.

## IV/ Tư vấn chăm sóc sức khỏe:

- Giai đoạn sơ sinh: hướng dẫn thực hành nuôi con bằng sữa mẹ đúng cách, lựa chọn sữa thích hợp, chăm sóc da, chăm sóc rốn, theo dõi vàng da, vệ sinh trẻ, tiêm chủng...
- Giai đoạn nhũ nhi: tốc độ tăng trưởng nhanh nhất là 3 tháng đầu, trẻ 1 tuổi trẻ nặng gấp 3 lần so với mới sanh, chiều cao tăng 1,5 lần, vòng đầu tăng 35%, bắt đầu biết nói, hiểu nhiều điều, chập chững biết đi
  - tư vấn dinh dưỡng, ăn dặm cho trẻ, hướng dẫn cha mẹ theo dõi các giai đoạn, các mốc phát triển quan trọng, tiêm chủng cho trẻ

# Tư vấn chăm sóc sức khỏe (tt):

- Giai đoạn trẻ nhỏ (1-5 tuổi): trẻ hoàn thiện chức năng vận động phối hợp động tá, hệ thần kinh phát triển tương đối, hình thành phản xạ, trí tuệ phát triển nhanh. Trẻ dễ mắc các bệnh hô hấp và tiêu hóa.
- Tư vấn chế độ dinh dưỡng hợp lý, các biện pháp rèn luyện, hướng dẫn giữ vệ sinh răng miệng, các biện pháp phòng chống tai nạn thương tích

**XIN CHÂN THÀNH CẢM ƠN**

