

Bệnh chàm bội nhiễm

Vietnamese

Bệnh chàm bội nhiễm là bệnh da thông thường xảy ra trước khi con quý vị lên một tuổi. Da bị chàm bội nhiễm sẽ bị khô, đỏ và ngứa. Đôi khi những chỗ da này có thể bị nứt, chảy dịch và sau đó đóng vảy/mày.

Đáng tiếc là hiện nay không có cách chữa bệnh chàm bội nhiễm. Tuy nhiên, có nhiều cách để kiểm chế bệnh này và giúp con quý vị cảm thấy thoải mái hơn. Bệnh chàm bội nhiễm không lây.

Các dấu hiệu và triệu chứng bệnh chàm bội nhiễm

- Em bé bị chàm bội nhiễm thường bị nổi mẩn đỏ, khô trên mặt. Em bé có thể nổi mẩn ở trên đầu, thân thể, cánh tay và chân hoặc sau tai. Mẩn đỏ này rất ngứa và có thể khiến trẻ thức giấc vào ban đêm.
- Ở trẻ chập chững biết đi và trẻ lớn tuổi hơn, khi bị chàm bội nhiễm các em thường nổi mẩn ở vùng da quanh đầu gối, cổ tay, khuỷu tay và mắt cá chân.
- Ở một số trẻ khác, các em có thể nổi mẩn toàn thân.

Mức độ bệnh chàm bội nhiễm nặng nhẹ thường thay đổi và quý vị sẽ thấy bệnh chàm bội nhiễm của con có lúc nhẹ, còn lúc khác thì nặng hơn. Điều quan trọng là phải đối phó hữu hiệu với bệnh chàm bội nhiễm và kiểm chế ngay sau khi bệnh bùng phát.

Trẻ bị chàm bội nhiễm cũng thường bị nhiễm trùng da thứ phát do vi khuẩn hoặc siêu vi khuẩn gây ra, đặc biệt là khi không kiểm chế bệnh chàm bội nhiễm hữu hiệu. Đừng để bất cứ ai bị rộp môi hôn con quý vị, vì bệnh chàm bội nhiễm có thể bị nhiễm siêu vi khuẩn gây mụn rộp. Các dấu hiệu bị nhiễm trùng thứ phát là các chỗ bị chàm bội nhiễm chảy dịch, đóng vảy/mày và nứt nẻ.

Nguyên nhân gây ra bệnh chàm bội nhiễm?

Hiện nay chưa biết nguyên nhân gây ra bệnh chàm bội nhiễm là gì. Nếu trong gia đình quý vị có người bị bệnh chàm bội nhiễm, hen suyễn hoặc sốt phát ban thì nhiều khi con quý vị sẽ bị chàm bội nhiễm. Một số trẻ em bị chàm bội nhiễm cũng có thể bị hen suyễn hoặc sốt phát ban.

Bệnh chàm bội nhiễm có thể khởi phát bởi một số yếu tố, chẳng hạn như:

- bị quá nóng vì quần áo, chăn/mền, lò sưởi
- da khô
- kích ứng vì xà bông, chất tẩy rửa, vải sợi hoặc các hóa chất khác
- dị ứng hoặc không dung nạp thực phẩm
- dị ứng với các chất gây dị ứng trong môi trường, chẳng hạn như bụi, phấn hoa cây cỏ hoặc lông động vật
- siêu vi khuẩn và các bệnh nhiễm trùng thông thường khác.

Chăm sóc tại nhà

Chúng ta có thể kiểm chế bệnh chàm bội nhiễm hữu hiệu ở nhà đối với hầu hết trẻ em bằng cách xác định và tránh các yếu tố khởi phát. Sử dụng các cách thức sau đây sẽ giúp quý vị kiểm chế bệnh chàm bội nhiễm và giúp con quý vị thoải mái hơn.

Tránh những điều gây kích ứng da

Mỗi đứa trẻ có thể phản ứng với những điều khác nhau và có thể mất một thời gian mới có thể tìm ra nguyên nhân gây kích ứng da con quý vị. Một số điều phổ biến có thể gây kích ứng da bao gồm:

- núm vú giả, chảy nước dãi hoặc dính thức ăn quanh miệng – thoa kem dưỡng ẩm đặc quanh miệng, chùi sạch da bằng khăn mềm, ướm sau khi ăn và sau đó thoa lại kem dưỡng ẩm
- vật liệu không trơn láng, chẳng hạn như quần áo len hoặc acrylic, gối, khăn trải giường các thứ và bao ghế xe hơi
- chất tẩy rửa, xà bông, nước bong bóng tắm bồn, chất tẩy rửa khử trùng
- kem đánh răng – sử dụng sản phẩm không có thành phần SLS
- các chất gây dị ứng môi trường, như lông thú, phấn hoa và bụi – nếu cho rằng con quý vị có lẽ bị dị ứng với một trong các chất gây dị ứng này, quý vị hãy đưa cháu đến gặp bác sĩ chuyên khoa dị ứng (bác sĩ chuyên phát hiện dị ứng).

Giữ ẩm làn da

Nên thường xuyên thoa loại kem dưỡng ẩm đặc, đơn thuần, không mùi hương khi con quý vị cần, ngay cả khi da đã hết bị bệnh chàm bội nhiễm. Một số trẻ em sẽ cần thoa kem dưỡng ẩm một hai lần mỗi ngày, trong khi những trẻ em khác sẽ cần cần thoa kem thường xuyên hơn. Loại kem đặc hơn sẽ có hiệu quả hơn so với loại kem dưỡng da.

Nên sử dụng loại kem dưỡng ẩm không mùi hương, dầu tắm bồn hoặc nước tắm không có xà bông khi tắm bồn và tắm vòi hoa sen.

Giữ cho con mát mẻ

Nhiệt là yếu tố khởi phát bệnh chàm bội nhiễm phổ biến nhất. Quý vị có thể giữ cho con mát mẻ bằng cách:

- mặc cho con một hoặc hai lớp quần áo vải mỏng
- dẹp bỏ chăn lông vũ (doona) và chăn/mền len khỏi giường con quý vị và thay bằng chăn/mền vải hoặc khăn vải
- giữ nhiệt độ trong nhà quý vị dưới 20°C vào ban ngày
- giữ nhiệt độ phòng con quý vị từ 15°C trở xuống vào ban đêm
- nói cho giáo viên nhà trẻ, trường mẫu giáo hoặc trường học biết nên mặc quần áo cho con quý vị như thế nào thì thích hợp.

Mỗi ngày nên tắm con ít nhất một lần trong bồn tắm mát. Nhiệt độ trong bồn tắm không được nóng hơn 30°C và pha thêm một đến hai nắp dầu tắm đơn thuần, không mùi hương.

Kiểm chế để con quý vị khỏi bị ngứa

Gãi làm cho bệnh chàm bội nhiễm chuyển nặng hơn và có thể gây nhiễm trùng. Hãy thử làm theo những ý tưởng dưới đây để giúp cháu ngừng gãi:

- Áp khăn mềm, mát, ẩm vào chỗ bị ngứa để cháu bớt bị ngứa ngay lập tức và để yên trong 5–10 phút. Lấy khăn ra và thoa một lớp kem dưỡng ẩm đặc.
- Áp bông băng ướt vào giờ đi ngủ, đặc biệt là nếu không kiểm chế bệnh chàm bội nhiễm trong vòng 24-48 giờ sau khi bắt đầu điều trị bằng cortisone (nếu được kê toa - xem dưới đây). Nên ngưng sử dụng bông băng ướt khi đã hết bị chàm bội nhiễm và sau đó sử dụng lại nếu nó tái phát. Bông băng ướt rất hiệu quả và thường chỉ cần sử dụng từ ba đến năm đêm. Đọc [Chỉ dẫn về bông băng ướt](http://rch.org.au/uploadedFiles/Main/Content/derm/Wet_dressings_eczema.pdf) (rch.org.au/uploadedFiles/Main/Content/derm/Wet_dressings_eczema.pdf)
- Mặc áo thun (T-shirt) hoặc áo cánh ướt dưới một lớp quần áo vải mỏng là cách giảm ngứa và đỡ hiệu quả trên thân thể con quý vị. Quý vị có thể lặp lại điều này cả ngày lẫn đêm cho đến khi cháu bớt ngứa và đỡ dần.
- Sử dụng bình xịt muối khoáng (có bán tại nhà thuốc tây) để giảm ngứa ngay lập tức.
- Phân tâm con quý vị khi cháu đang gãi.
- Cắt ngắn móng tay con quý vị và giữ móng tay sạch sẽ.

Bệnh chàm bội nhiễm và chế độ ăn uống

Hầu hết trẻ em bị chàm bội nhiễm không có bất kỳ phản ứng gì với thức ăn. Tuy nhiên, ở một số trẻ em, dị ứng thực phẩm có thể là yếu tố khởi phát.

- Cần phải xem xét trường hợp dị ứng thực phẩm ở những trẻ em bị bệnh chàm bội nhiễm tràn lan nhưng bất trị khi điều trị bệnh chàm bội nhiễm.
- Đôi khi trẻ lớn tuổi hơn có thể không dung nạp các loại thức ăn có tính axit và chất bảo quản, khiến mụn chàm bội nhiễm bột phát ở quanh miệng. Đây không phải là trường hợp dị ứng.
- Tất cả các loại thức ăn nên được coi là 'lành' cho đến khi chứng minh được là thủ phạm'. Điều quan trọng là đừng hạn chế chế độ ăn uống của con quý vị trừ trường hợp bác sĩ, bác sĩ chuyên khoa về dị ứng hoặc chuyên viên chế độ ăn uống khuyến quý vị làm như vậy. Bác sĩ chuyên khoa về dị ứng có thể quyết định cho con quý vị làm xét nghiệm để xác định xem cháu có bị dị ứng thức ăn hay không.

Khi nào đi khám bác sĩ

Đưa con đi bác sĩ nếu:

- bệnh chàm bội nhiễm không thuyên giảm sau hai ngày điều trị đều đặn
- con quý vị có dấu hiệu bị nhiễm trùng: chảy dịch, đóng vảy/mày màu vàng và nứt nẻ ở chỗ bị chàm bội nhiễm
- quý vị lo ngại về sức khỏe hoặc làn da con mình vì bất kỳ lý do gì.

Nếu bệnh chàm bội nhiễm bị nhiễm trùng do vi khuẩn gây ra, cháu có thể cần được uống thuốc kháng sinh. Trong trường hợp rất hiếm, nếu con quý vị bị nổi mẩn nặng, cháu có thể cần được điều trị tại bệnh viện.

Nếu bệnh chàm bội nhiễm là dạng phức tạp hoặc khó điều trị, bác sĩ hoặc y tá da liễu sẽ soạn thảo kế hoạch điều trị bệnh chàm bội nhiễm cho con quý vị.

Tắm bồn pha thuốc tẩy

Nếu bệnh chàm bội nhiễm bị nhiễm trùng và khó kiểm chế, có thể quý vị nên sử dụng tắm bồn pha thuốc tẩy. Khi tắm bồn pha thuốc tẩy, nhiệt độ bồn tắm phải không nóng hơn 30°C. Lấy xô 10 lít đổ đầy nước vào bồn tắm đến mức mong muốn. Pha những thứ dưới đây vào mỗi lần tắm bồn:

- 1-2 nắp đầy dầu tắm mỗi bồn tắm
- 100 gam (1/3 cốc) muối cho mỗi 10 lít nước
- 12 ml thuốc tẩy White King (4%) cho mỗi 10 lít nước

Đừng xả sạch con quý vị sau khi tắm.

Khi bắt đầu, con quý vị nên tắm bồn pha thuốc tẩy mỗi ngày trong một tháng. Sau tháng đầu, quý vị nên cho con tắm thuốc tẩy ba lần một tuần trong một tháng, sau đó mỗi tuần một lần trong một tháng. Nếu bệnh chàm bội nhiễm bắt đầu bùng phát trở lại, quý vị hãy cho cháu tắm bồn pha thuốc tẩy thường xuyên hơn, sau đó lại giảm dần.

Điều trị bằng Cortisone

Bác sĩ có thể kê toa kem hoặc thuốc mỡ loại cortisone. Cortisone là nội tiết tố (hoóc-môn) tự nhiên do cơ thể tiết ra. Cortisone kiểm chế bệnh chàm bội nhiễm rất hiệu quả và an toàn nếu sử dụng theo đúng chỉ dẫn.

Quý vị có thể thoa cortisone loại yếu hơn lên mặt con và thoa loại mạnh hơn lên người cháu. Điều quan trọng là phải thoa đúng loại cortisone lên tất cả các chỗ bị bệnh chàm bội nhiễm, ngay cả khi da bị hờ. Quý vị nên sử dụng mọi loại thuốc, kem và thuốc mỡ đúng như bác sĩ đã kê toa.

Dù nhà thuốc tây có bán các loại kem cortisone loại yếu không cần toa bác sĩ, điều quan trọng là phải mua loại kem hoặc kem dưỡng da thích hợp cho con quý vị và quý vị biết thoa đúng cách. Hãy nhờ bác sĩ hướng dẫn trước khi sử dụng phương pháp điều trị cortisone cho con quý vị.

Gỡ mào/vảy con quý vị

Nếu bệnh chàm bội nhiễm đóng vảy/mào, điều quan trọng là gỡ chúng ra. Thuốc trị bệnh chàm bội nhiễm sẽ không thấm vào đến làn da nếu bị mào/vảy cản đường. Muốn gỡ bỏ mào/vảy, quý vị hãy cho con tắm bồn nước mát trong 30 phút để làm mềm mào/vảy. Sau đó, trước khi đưa cháu ra khỏi bồn tắm, quý vị hãy lấy khăn mềm, ướt lau sạch mào/vảy. Một khi đã loại bỏ mào/vảy, quý vị nên tiếp tục làm theo kế hoạch điều trị bệnh chàm bội nhiễm bằng các loại kem thoa lên làn da hờ.

Những điểm chính cần nhớ

- Hiện không có cách chữa bệnh chàm bội nhiễm nhưng có thể kiểm chế hữu hiệu.
- Mức độ bệnh chàm bội nhiễm nặng nhẹ thường thay đổi và điều quan trọng là kiểm chế bệnh này ngay khi nó bùng phát
- Muốn kiểm chế bệnh chàm bội nhiễm, giữ cho con quý vị mát mẻ, thường xuyên thoa kem dưỡng ẩm và giữ cháu tránh xa những thứ gây kích ứng da.
- Đối với bệnh chàm bội nhiễm khó trị, quý vị hãy yêu cầu bác sĩ lập kế hoạch điều trị bệnh chàm bội nhiễm cho con mình.

Muốn biết thêm thông tin

- Khoa Da liễu, The Royal Children's Hospital: [Tài liệu Bệnh chàm bội nhiễm](http://rch.org.au/derm/eczema/Knowing_your_child_s_eczema) (rch.org.au/derm/eczema/Knowing_your_child_s_eczema)
- Khoa Da liễu, The Royal Children's Hospital: [Chỉ dẫn về bông băng ướt](http://rch.org.au/uploadedFiles/Main/Content/derm/Wet_dressings_eczema.pdf) (rch.org.au/uploadedFiles/Main/Content/derm/Wet_dressings_eczema.pdf)
- Khoa Da liễu, The Royal Children's Hospital: [Công thức tắm bồn bệnh chàm bội nhiễm](http://rch.org.au/uploadedFiles/Main/Content/derm/eczema-bath-information.pdf) (rch.org.au/uploadedFiles/Main/Content/derm/eczema-bath-information.pdf)
- The Royal Children's Hospital: Hội thảo Bệnh chàm bội nhiễm do các Y tá Da liễu phụ trách. Tại các cuộc hội thảo dài ba giờ đồng hồ này, con quý vị sẽ được thăm định, giáo dục và các kế hoạch đối phó. Muốn đến dự hội thảo này, bác sĩ của quý vị cần [gửi giấy giới thiệu](http://rch.org.au/derm/contact_us) (rch.org.au/derm/contact_us)
- [Eczema Association of Australasia Inc](http://eczema.org.au) (eczema.org.au)
- [ASCIA](http://allergy.org.au/patients/skin-allergy/eczema) (allergy.org.au/patients/skin-allergy/eczema)



The Royal Children's Hospital soạn thảo và được Chính phủ Tiểu bang Victoria tài trợ.
rch.org.au/kidsinfo

Rà soát năm 2018

Thông tin Sức khỏe Trẻ em được The Royal Children's Hospital Foundation tài trợ.
Muốn quyên góp, truy cập rchfoundation.org.au

Bãi miễn trách nhiệm

Không nên sử dụng thông tin này thay thế việc đi khám bác sĩ hoặc chuyên viên chăm sóc sức khỏe. RCH đã cố gắng bằng mọi cách hợp lý để bảo đảm rằng thông tin này là chính xác vào thời điểm phát hành. RCH không chịu trách nhiệm đối với bất kỳ sai lầm, hiểu lầm hoặc sự thành công của bất kỳ cách điều trị nào nêu trong các tài liệu này. Thông tin này được cập nhật thường xuyên. Luôn kiểm tra và bảo đảm rằng quý vị có phiên bản mới nhất.