

TRÀO NGƯỢC DẠ DÀY - THỰC QUẢN



Trào ngược dạ dày – thực quản là tình trạng các chất trong dạ dày bị trào ngược lên thực quản hoặc miệng. Thường gặp ở trẻ, đặc biệt là trẻ sơ sinh. Tình trạng này thường không gây phiền và thường không cần điều trị. Tuy nhiên, nếu trào ngược dạ dày – thực quản gây biến chứng như chậm tăng cân, viêm phổi tái đi tái lại, khạc ra máu, thì cần phải theo dõi và điều trị.



Biểu hiện của Trào ngược thực quản:

☆ Trẻ sơ sinh (dưới 1 tháng tuổi)

- Liên tục trớ ra sữa, ọc ra sữa lẫn chất lỏng màu xanh hoặc vàng
- ọc ra sữa có lẫn máu hoặc có máu lẫn trong phân
- Khò khè hoặc ho mạn tính lâu ngày không hết
- Không chịu bú, không thoải mái sau khi ăn, trẻ bứt rứt khó chịu

☆ Trẻ nhỏ (Từ 2 tháng tuổi - 2 tuổi)

- Ói, cảm thấy chua hoặc có thức ăn trong cổ họng hoặc miệng
- Khò khè hoặc ho khan về đêm, nhất là trẻ hen suyễn
- Chậm tăng cân
- Bị mòn răng, lưỡi trắng

☆ Trẻ lớn (Từ 2 tuổi trở lên)

- Thấy chua ở miệng, hơi thở có mùi hôi
- Ợ chua, đau rát ở ngực hoặc muốn nôn ói
- Đau hoặc khó chịu khi nuốt
- Bị mòn răng

Tại sao lại bị trào ngược thực quản

Cơ vòng thực quản dưới (chỗ nối thực quản và dạ dày) không đóng lại hoàn toàn hoặc giãn ra không đúng lúc cần, tạo điều kiện để chất lỏng trong dạ dày (chủ yếu là axit) đi ngược lên thực quản, tình trạng đó gọi là Trào ngược dạ dày – thực quản.

Trẻ sơ sinh có nhiều đợt trào ngược, nhất là khoảng thời gian 3-6 tháng tuổi. Đến khi trẻ ngồi được thì tình trạng trào ngược giảm bớt

Khi nào ba mẹ cần lo lắng

• **Trào ngược thực quản không biến chứng**
Thường gặp ở trẻ vào những tháng đầu đời. Các trẻ này dù bị trào ngược nhưng vẫn bú tốt, tăng cân tốt, không quấy khóc bất thường. Nếu tình trạng này càng lúc càng xấu đi, hoặc không cải thiện khi trẻ đã 18-24 tháng thì nên được khám và tư vấn thêm bởi bác sĩ nhi khoa.

• **Bệnh trào ngược dạ dày thực quản**
Là khi axit trào ngược và gây ra vấn đề cho trẻ như hen suyễn, chậm tăng trưởng hoặc tổn thương thực quản. Biểu hiện của trẻ có thể gồm: quấy khóc thường xuyên, bỏ ăn, ói nhiều, ói ra máu, ho thường xuyên, ợ chua, khó nuốt hoặc đau khi nuốt,... Các trẻ này nên được khám bác sĩ nhi để xác định tình trạng của trẻ.

Dự phòng trào ngược thực quản

- Chia nhỏ bữa, ăn thường xuyên. Ví dụ thay vì ăn 3 bữa thì ăn 5 bữa, tránh ăn quá no vào buổi tối.
- Tránh ăn những thức ăn gây kích thích: chocolate, bạc hà, thức uống có nhiều axit, cà chua, thơm, thực phẩm chiên, cay, nhiều dầu mỡ.
- Tránh rượu, cà phê, đồ uống có ga.
- Ăn xa giờ đi ngủ, ít nhất 2-3 tiếng.
- Tránh khói thuốc lá
- Giảm cân, giảm căng thẳng
- Mặc quần áo rộng rãi, đặc biệt là không quá thắt chặt vùng bụng.



Công ty Cổ phần Dịch vụ Y tế **Kinderhealth**



CS1: 37 Cao Triều Phát, P. Tân Phong, Q. 7



CS2: 180 Trương Công Định, P. 14, Q. Tân Bình



Hotline: 0919 978 168 - Tổng đài: 0908 565 168



Hotline: 0911 565 168 - Tổng đài: 0908 565 168

