



**CHĂM SÓC  
HÀNG NGÀY CHO TRẺ MẮC  
BỆNH TẠO XƯƠNG BẤT TOÀN**

# Lời cảm ơn

\* \* \*

Bệnh tạo xương bất toàn (BTXBT) còn gọi là bệnh xương thủy tinh, hay bệnh giòn xương. Xương của trẻ mắc BTXBT rất mỏng mảnh, dễ gãy. Một số cử động và tư thế nhất định tuy vô hại với trẻ bình thường nhưng có thể sẽ gây gãy xương cho trẻ mắc BTXBT. Nếu bạn hiểu biết về BTXBT cũng như về một số tư thế đơn giản và nguyên tắc bế trẻ, bạn sẽ giúp trẻ giảm bớt nguy cơ bị gãy xương. BTXBT là tình trạng bệnh có từ khi trẻ ra đời, và trẻ phải được chăm sóc đặc biệt hàng ngày trong suốt cuộc đời.

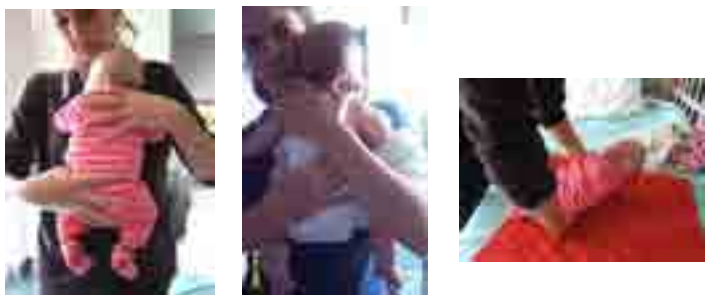
CLAN (Tổ chức “Quan tâm và chung sống như những người láng giềng”) xin trân trọng cảm ơn sự đóng góp đặc biệt của các tập thể, cá nhân sau cho tài liệu này:

- Các tác giả cuốn sách đã đồng ý tặng bản quyền tài liệu này cho cộng đồng Bệnh tạo xương bất toàn tại Việt Nam, và tin tưởng giao phó cho CLAN trách nhiệm dịch thuật.
- Các chuyên gia biên dịch, hiệu đính và các cán bộ y tế đã đóng góp ý kiến để mang lại chất lượng cao nhất cho bản dịch tiếng Việt. Chúng tôi đặc biệt gửi lời cảm ơn tới: BS. Vũ Chí Dũng, BS. Cán Thị Thanh Hải, BS. Mạc Yến Thanh, BS. Bùi Phương Thảo và chị Nguyễn Vân Chi.

CLAN là một tổ chức phi chính phủ Australia, được thành lập với cam kết hướng tới tầm nhìn là tất cả trẻ em sống chung với các tình trạng sức khỏe mạn tính ở các nước nghèo về nguồn lực sẽ được hưởng chất lượng sống cao nhất có thể. CLAN tin rằng cần có những nỗ lực đặc biệt để những trẻ em này có thể được hưởng: khả năng tiếp cận các loại thuốc men và thiết bị với giá cả phải chăng; một nền giáo dục (từ bản thân, cha mẹ, các chuyên gia y tế, các nhà lập pháp, các cộng đồng trong nước và quốc tế), các nghiên cứu và truyền thông ủng hộ; việc kiểm soát y tế tối ưu (bao gồm các biện pháp phòng ngừa tiên khởi, thứ nhì và thứ ba với một cách tiếp cận toàn diện đối với sức khỏe); sự động viên của các nhóm hỗ trợ gia đình; và sự độc lập về tài chính, thoát khỏi đói nghèo.

## Cách bế trẻ

- Luôn nâng đỡ toàn thân trẻ để tránh áp lực dồn về bất cứ phần nào của cơ thể trẻ, dễ nhất là bạn giữ đầu và lưng trẻ bằng một tay, còn tay kia giữ mông trẻ.
- Sử dụng lòng bàn tay để nâng trẻ lên, không dùng các ngón tay để bấm vào người trẻ.



- Luôn di chuyển chậm, đúng phương pháp và nhẹ nhàng.
- Luôn chú ý đến chân và tay của trẻ khi nâng trẻ lên cũng như khi bế trẻ, tránh trường hợp tay hoặc chân trẻ bị mắc kẹt hoặc bị vặn xoắn
- Không bế hoặc nâng trẻ ở vị trí quanh xương sườn của trẻ
- Không nâng trẻ lên bằng cách xốc nách trẻ
- Trong lúc bế trẻ, nếu bạn muốn ngồi xuống, hãy ngồi thật nhẹ nhàng, không di chuyển mạnh.
- Không kéo hoặc dùng đưa tay chân trẻ, đặc biệt là không kéo trẻ ngồi xuống.

## Tư thế

### Các tư thế an toàn

- Để trẻ nằm ngửa trên mặt phẳng chắc nhưng có đệm.
- Khi trẻ nằm nghiêng: để gối ôm sau lưng trẻ cho an toàn.



- Khi đặt trẻ nằm sấp trên người bạn an toàn nhất là bạn ngồi ngả người ra đằng sau, đặt trẻ lên ngực.



- Khi cho trẻ ngồi ngả ra đằng sau: không để trẻ ngồi cao quá 45 độ, sau lưng phải chèn, chặn cẩn thận.
- Thay đổi tư thế cho trẻ thường xuyên và khi thấy trẻ ngồi không vững.
- Không để trẻ ngồi thẳng.
- Không ép trẻ ngồi trong tư thế không thoải mái

## Cách thay tã cho trẻ



- Đặt tay bạn dưới thân trẻ, dùng lòng bàn tay nâng mông trẻ lên. Dùng tay kia đặt tã bên dưới.
- Không thay tã bằng cách nhấc bàn chân trẻ lên điều đó có thể sẽ dồn áp lực lên chân trẻ và gây gãy chân.



## Cho trẻ bú

- Dùng gối để đỡ lưng trẻ.
- Khi giúp trẻ ợ hơi, các động tác phải thật chuẩn

## Mặc quần áo cho trẻ

- Để trẻ nằm ngửa, lắn trẻ nghiêng về từng bên
- Không kéo chân, tay trẻ khi xỏ quần áo.
- Khi cài nút, dồn lực lên tay bạn chứ không đặt áp lực lên thân trẻ.
- Luôn đỡ đầu và cổ trẻ khi mặc áo qua đầu trẻ.

## Tắm trẻ

- Chuẩn bị mọi thứ sẵn sàng và dễ lấy: tã, quần áo sạch, khăn tắm, xà phòng.
- Khi đặt trẻ vào cũng như lấy trẻ ra khỏi chậu tắm, động tác phải thật chuẩn, luôn đỡ đầu và lưng trẻ.
- Ghế tắm có lưng tựa sẽ giúp bạn dễ tắm cho trẻ hơn.
- Có thể đặt một tấm thảm nhỏ không trơn vào trong chậu tắm.

## Kiểm soát sự gãy xương

### Xác định gãy xương: Những bất thường sau có thể là dấu hiệu trẻ bị gãy xương

- Sự biến dạng rõ ràng, tư thế bất thường ở tay, chân trẻ.
- Sưng, bầm tím hoặc da ấm nóng khi bạn sờ vào.
- Khi trẻ không cử động tay hoặc chân hoặc một phần cơ thể.
- Trẻ tỏ ra khó chịu, mặc dù đã đặt trẻ ở tư thế thoải mái.
- Trẻ đau khi được nâng lên, khi bế, thay quần áo và thay tã, v.v.
- Nghe tiếng “rắc” hoặc tiếng động lớn khi bạn đang bế trẻ hoặc đang chơi đùa với trẻ.

### Kiểm soát sự gãy xương:

- Không tự nắn chỉnh lại tay, chân trẻ khi thấy sự biến dạng.
- Hạn chế bế trẻ, đồng thời giúp cho trẻ cảm thấy thoải mái nhất.
- Sử dụng những nẹp thông dụng và băng quấn như cách nhân viên vật lý trị liệu hướng dẫn bạn.
- Sau đó liên hệ với bác sĩ.

## Vui chơi / Phát triển

Trẻ mắc BTXBT có thể sẽ chậm khả năng vận động hơn những trẻ khác (như ngồi, lẫy, bò). Trẻ cần nhiều thời gian hơn để học các kỹ năng đó, và có thể vận động theo một cách riêng. BTXBT không ảnh hưởng đến nhận thức và khả năng chơi đùa của trẻ. Nên tạo cơ hội và kích thích trẻ chơi đùa.

### Tư thế an toàn khi trẻ chơi đùa

- Nằm ngửa
- Nằm nghiêng bên
- Ngồi ngả người

### Cách chọn lựa đồ chơi cho trẻ

- Đồ chơi mềm, nhẹ.
- Tránh chọn đồ chơi có thể dính kẹt các ngón tay trẻ.
- Tránh đồ chơi nặng, cứng vì có thể làm trẻ gãy xương khi rơi vào thân trẻ.
- Khi có trẻ, hãy hạn chế tiếng nhạc to hoặc tiếng ồn từ tivi. Xương ốc tai của trẻ cũng rất mong manh nên những âm thanh ồn có thể làm trẻ giảm thính lực.