

Hội Chứng Em Bé Bị Lắc Shaken Baby Syndrome (SBS)

Hội Chứng Em Bé Bị Lắc là gì?

Hội Chứng Em Bé Bị Lắc (SBS) là tên gọi của đủ các dấu hiệu và triệu chứng của sự tổn thương não do việc lắc dữ dội một trẻ sơ sinh mà có hoặc không có sự va chạm đầu. SBS cũng còn được gọi là Ngược Đãi Gây Chấn Thương Đầu (Abusive Head Trauma). Đây là một hình thức ngược đãi trẻ em phổ biến nhất ở các em bé nhỏ hơn 1 tuổi do tính chất các em dễ bị xâm hại.

Lắc một em bé hoặc một đứa trẻ là điều không bao giờ được chấp nhận. Khoảng 25 phần trăm các em bé bị lắc sẽ chết và nhiều đến độ 80 phần trăm bị hư não vĩnh viễn. Thậm chí các em bé nào không có ngay tức thì dấu hiệu hiển nhiên của sự tổn thương não vẫn có thể bị các vấn đề. Đôi khi phải chờ cho đến khi đứa trẻ bắt đầu đến trường để học và bị các khó khăn trong việc học hành thì vấn đề mới được phát hiện.

Các em bé có não yếu ớt, chưa phát triển, đầu của các em nặng và to so với phần còn lại của cơ thể và các bắp thịt có chưa đủ cứng cáp để đỡ lấy sức nặng của đầu. Trong lúc lắc mạnh, đầu của một em bé di chuyển tới lui theo chuyên động hình số tám, sự tăng tốc-giảm tốc nhanh chóng này khiến não và sọ di chuyển ở các tốc độ khác nhau với các vị trí khác nhau. Điều này khiến các mạch máu bắt đầu bị vỡ gây xuất huyết bên trong não và ở chung quanh mắt, gây tổn thương các tế bào não dẫn đến việc bị bại não vĩnh viễn. Thậm chí các tổn thương nhỏ cho não của một em bé cũng gây các vấn đề trong suốt cuộc đời.

Điều phổ biến nhất gây nên việc lắc là do cảm thấy bức tức khi không thể dỗ nín em bé. Các tổn thương do việc lắc em bé thường xảy ra vì một người cha hay mẹ, hoặc một người chăm sóc trẻ, bức tức với việc em bé khóc và tạm thời mất tự chủ và lắc mạnh em bé.

Các thương tích gây nên do lắc không xảy ra trong các sinh hoạt bình thường khi chơi đùa nhẹ nhàng với một em bé. Ví dụ, đang đùa nhẹ nhàng một em bé sơ sinh trên đầu gối quý vị, xe đột ngột dừng lại, hoặc đẩy xe em bé qua các chỗ này bật không gây hội chứng SBS.

Lắc một em bé có thể gây chấn thương gì?

Lắc một em bé có thể gây:

- Động kinh
- Hư não vĩnh viễn
- Khó khăn trong việc nói và học hành
- Mù và điếc

- Tê liệt
- Bị các vấn đề về hành vi
- Tử vong

Làm thế nào tôi có thể bảo vệ con mình không bị SBS?

Nếu con quý vị khóc gây bức tức hoặc khiến quý vị nóng giận, hãy nghỉ tay một chút. Nhẹ nhàng đặt con quý vị vào một nơi an toàn, chẳng hạn như nôi, và rời khỏi phòng. Nghi 10 đến 15 phút để quý vị có cơ hội bình tĩnh lại. Quý vị tự mình bình tĩnh lại là điều quan trọng hơn trước khi quý vị tìm cách dỗ con của mình. Nếu quý vị cảm thấy mình không thể đương đầu, hãy gọi người nào để nhờ giúp đỡ khi quý vị đã đặt con vào một nơi an toàn. Không bao giờ bồng con lên khi quý vị đang nóng giận về việc con khóc.

Hãy nói với những người khác chăm sóc cho con quý vị chẳng hạn như những người giữ trẻ, thân nhân, và bạn bè về việc làm thế nào để chăm sóc an toàn cho con quý vị. Hãy chắc chắn họ hiểu rằng việc người coi trẻ phải giữ bình tĩnh thì quan trọng hơn là làm cho con quý vị nín khóc. Hãy cho họ biết rằng quý vị sẽ vui lòng đền và nhận lại con nếu việc em bé khóc khiến họ không chịu nổi. Đừng cho ai chăm sóc con quý vị nếu người đó gặp khó khăn để kiểm soát cơn nóng giận của họ.

Tại sao các em bé khóc?

Tất cả các em bé đều khóc - đôi khi có thể dễ dàng để biết tại sao một em bé khóc; nhưng đôi khi điều này không dễ dàng. Về mặt phát triển, các em bé khóc nhiều hơn và lâu hơn bắt đầu lúc khoảng 2 tuần tuổi và tiếp tục khóc cho đến khoảng 3 đến 4 tháng tuổi là điều bình thường. Giai đoạn khóc này được gọi là Khóc TÍM MẶT (The Period of PURPLE Crying®). Một số em bé không chịu dỗ dành và có thể khóc hàng giờ nhưng vẫn khỏe mạnh. Để biết thêm thông tin, truy cập mạng www.purplecrying.info/.

Khóc không có nghĩa em bé hư hoặc con quý vị đang giận quý vị. Con khóc không có nghĩa quý vị là một người cha hay người mẹ hư. Khóc là một âm thanh gây khó chịu; và tiếng khóc phải là như vậy. Nếu tiếng khóc là một âm thanh dễ chịu, thì việc khóc sẽ dễ bị bỏ qua và các nhu cầu của em bé sẽ không được đáp ứng. Nghe tiếng con mình khóc có thể khiến quý vị đau lòng. Hãy nhớ khóc nhiều trong những tháng đầu đời là một giai đoạn phát triển bình thường mà hầu hết các em bé phải trải qua.

Nếu con quý vị khóc liên tục hoặc lớn tiếng hơn bình thường, hoặc nếu con quý vị bú kém, khó thở, bị sốt hoặc đang ói mửa, hoặc nếu quý vị lo ngại có điều gì không ổn, hãy đưa con quý vị đến bệnh viện hoặc cơ sở y tế.

Điều quan trọng nhất phải nhớ là quý vị và con quý vị sẽ vượt qua giai đoạn của việc khóc này và mỉm cười và tiếng cười lớn sẽ thay thế cái khóc.

Quý vị có thể làm gì khi con quý vị đã không nín?

Không có câu trả lời màu nhiệm cho mọi trường hợp với mọi em bé. Quý vị có thể thấy cách đó hôm nay đỡ nín nhưng ngày mai lại không. Đôi khi quý vị đã làm hết cách nhưng con vẫn không nín khóc, và điều này không có nghĩa rằng quý vị đang làm một điều gì sai với tư cách là cha hay mẹ.

Đây là một số đề nghị có thể giúp đỡ con quý vị:

- Ôm con quý vị sát vào lòng; nhịp tim của quý vị có thể dỗ nín con quý vị
- Hãy theo các tín hiệu đòi bú của con quý vị khi cháu đói chẳng hạn như đưa tay lên miệng, rúc tìm vú hoặc quay đầu, há miệng, chép môi, và mút bàn tay. Trong một vài tháng đầu đời, các em bé thường được cho bú cách mỗi 2 đến 3 tiếng hoặc ít nhất bú 8 lần trong 24 tiếng. Con quý vị có thể muốn được cho bú thường xuyên hơn trong các thời kỳ tăng trưởng bộc phát. Hãy cho con quý vị ợ sữa sau mỗi lần cho bú.
- Kiểm tra tã của con quý vị. Giữ cho con quý vị được sạch sẽ và khô ráo
- Quán mền mỏng cho con quý vị
 - Giữ cho con quý vị được ấm và dễ chịu – nhưng không quá nóng
 - Đừng quán mền và đặt con quý vị trong giường nằm của em bé hoặc xe nôi
- Mở nhạc êm dịu hoặc các âm thanh thư giãn khác
 - Thử ngâm nga hoặc hát ầu ơ một bài ru con
 - Đôi khi, âm thanh của máy hút bụi, máy sấy quần áo, tiếng nước chảy trong hồ cá hoặc tiếng máy rửa chén giúp dỗ nín một em bé
- Cho ngâm vú cao su hoặc vòng cao su giả khi mọc răng
- Đắp mền mà cháu thích hoặc đưa món đồ chơi mềm trong lúc ôm ấp, vỗ về trẻ
- Đu đưa nhẹ nhàng hoặc thay đổi tư thế của con quý vị
 - Đi tới lui hoặc đong đưa nhẹ con quý vị. Quý vị có thể đặt em bé trong xe đẩy nếu quý vị có một xe đẩy, và đẩy đi chung quanh nhà
 - Thử loại võng ru em bé nếu quý vị có võng đó
 - Cho em bé nằm trong xe nôi hoặc xe đẩy và đẩy đi dạo một vòng

- Một số em bé thích được chở đi trong xe hơi. Hãy chắc chắn con quý vị được cài dây an toàn trong ghế nằm dành cho trẻ sơ sinh

Đôi khi những cách này có hiệu quả và đôi khi hoàn toàn vô hiệu. Thử những đề nghị này là điều đáng nên làm nhưng đừng tự trách mình hoặc bực dọc với con quý vị nếu những cách này không đạt kết quả. Nên nhớ Giai Đoạn Khóc TÍM MẶT (Period of PURPLE Crying®) là một giai đoạn bình thường mà sẽ chấm dứt.

Quý vị có thể làm gì khác nếu đã dỗ hoài mà con quý vị không nín khóc?

Nếu quá bực mình, bỏ đi chỗ khác là điều không sao. Đặt con quý vị vào một nơi an toàn, và dành vài phút để bản thân quý vị bình tĩnh lại. Thư giãn bằng cách làm những việc tự an ủi bản thân chẳng hạn như đọc sách, uống một tách trà, đi tắm, và sau đó trở lại để kiểm tra con quý vị.

Nhờ người nào giúp quý vị. Gọi cho một người bạn hoặc người thân quý vị có thể tin tưởng. Điều quan trọng phải tránh khỏi con quý vị nếu quý vị nghĩ mình có thể mất tự chủ nhưng cũng rất quan trọng là phải bảo đảm con quý vị sẽ được an toàn trong lúc quý vị không có mặt bên cạnh con. Nên nhớ nhờ giúp đỡ là điều tự nhiên. Nhắc những người chăm sóc trẻ rằng khóc là chuyện bình thường. Những người sau đây có thể giúp:

- Gia đình và bạn bè
- Các nhóm phụ huynh
- Chuyên viên chăm sóc sức khỏe của con quý vị
- Y tá của sở y tế công cộng

Quý vị cũng có thể gọi **8-1-1** để nói chuyện với một y tá chính ngạch 24 tiếng một ngày, 7 ngày một tuần, hoặc quý vị có thể gọi cho bệnh viện hoặc cơ sở y tế tại địa phương quý vị để biết các số điện thoại liên lạc khác trong cộng đồng.

Nên nhớ – KHÔNG BAO GIỜ được lắc em bé!

Đặt con quý vị xuống một nơi an toàn và tạm nghỉ một chút.

Để biết thêm thông tin

Để biết thêm thông tin về những cách để dỗ con quý vị, hãy xem lại các tài liệu của chương trình Giai Đoạn Khóc TÍM MẶT (Period of PURPLE Crying®) quý vị đã nhận tại bệnh viện. Với các bà mẹ không sanh con tại một bệnh viện ở British Columbia, quý vị có thể nhận một tập tài liệu/trình ứng dụng di động (mobile app) từ trung tâm y tế cộng đồng hoặc y tá của quý vị.

Để có các mẹo vặt và các nguồn chỉ dẫn trên mạng, truy cập <https://dontshake.ca> hoặc The Period of PURPLE Crying® tại www.purplecrying.info.

Muốn biết thêm các đề tài của HealthLinkBC File, xin viếng trang mạng www.HealthLinkBC.ca/healthfiles hoặc đến đơn vị y tế công cộng tại địa phương quý vị. Để có thông tin và lời khuyên y khoa không khẩn cấp tại B.C., xin viếng trang mạng www.HealthLinkBC.ca hoặc gọi 8-1-1 (miễn phí). Để có sự giúp đỡ cho người điếc và lảng tai, xin gọi 7-1-1. Các dịch vụ dịch thuật có sẵn cho hơn 130 ngôn ngữ khi có yêu cầu.