

Tôi cần biết gì về tình trạng vàng da và con sơ sinh của tôi?

What do I need to know about jaundice and my newborn?

Vàng da là gì?

Quý vị có thể thấy da và lòng trắng mắt em bé có màu hơi vàng. Tình trạng này được gọi là vàng da. Sau khi sinh thì em bé có dư hồng huyết cầu. Số hồng huyết cầu dư phân hủy là chuyện bình thường. Khi phân hủy thì hồng huyết cầu sẽ tạo thành một chất có màu vàng gọi là bilirubin. Số bilirubin dư này trong máu của em bé khiến cho da và lòng trắng mắt em bé có màu hơi vàng. Em bé thường muốn ngủ nhiều hơn và bú ít hơn vì số bilirubin dư này.

Bao nhiêu em bé thuộc trường hợp này?

Tình trạng này thường xảy ra. Khoảng phân nửa số em bé sinh đủ tháng và khoảng ba phần tư số em bé sinh trước 37 tuần, còn gọi là sinh non, bị vàng da.

Hầu hết các em bé đều bị vàng da nhẹ. Tình trạng này chỉ kéo dài vài ngày. Da vàng nhất là vào khoảng bốn đến năm ngày sau khi sinh và sau đó từ từ bớt dần. Một số em bé có nhiều bilirubin mà nếu không điều trị thì có thể nguy hiểm.

Xác suất em bé bị vàng da càng tăng thêm nếu em sinh trước 37 tuần, bị bầm tím, hoặc có loại máu khác với người mẹ.

Tôi có thể giúp con tôi như thế nào?

- Cho em bé bú thường xuyên và bắt cứ khi nào em muốn. Sữa của quý vị cho em bé năng lượng cần thiết để phân hủy chất bilirubin.
- Vàng da thường làm cho em bé buồn ngủ nhiều hơn và ít muốn bú hơn. Quý vị có thể cần đánh thức em bé để chắc chắn là em bé bú từ 8 lần trở lên trong 24 giờ. Chất sữa đầu tiên của quý vị được gọi là sữa non giúp cho em bé dễ đi cầu, và nhờ đó giúp em bé phé thải chất bilirubin. Cho em bé bú vú mẹ thường xuyên cũng giúp quý vị ra sữa nhanh hơn.
- Đừng cho em bé bú nước lã. Nước chỉ làm đầy bụng em bé, giảm bớt lượng sữa bú và không giúp phé thải chất bilirubin.

Còn gì khác có thể giúp được?

Nhân viên chăm sóc sức khỏe có thể thử mức bilirubin của em bé bằng cách châm vào gót chân để lấy chút máu. Hãy ôm em bé cho bú trong khi lấy máu có thể giúp em bé cảm thấy bớt đau.

Bác sĩ hoặc nhân viên hộ sinh có thể quyết định đặt em bé nằm dưới ánh sáng xanh dương đặc biệt nếu số lượng bilirubin lên cao. Cách này được gọi là trị liệu bằng ánh sáng. Trị liệu bằng ánh sáng biến đổi chất bilirubin thành một dạng vô hại. Cách này có thể được thực hiện theo hai cách:

- đèn xanh dương bên trên
- hệ thống Trị Liệu Ánh Sáng Wallaby®

Đèn xanh dương bên trên chỉ được sử dụng tại bệnh viện. Hệ thống Wallaby® là một đèn đặc biệt phát ra từ một tấm cảm tay. Tấm này được đặt lên lưng em bé. Cách trị liệu này có thể được sử dụng tại bệnh viện hoặc ở nhà. Hãy hỏi bác sĩ hoặc nhân viên hộ sinh về cách điều trị nào tốt nhất cho em bé.

Hãy hỏi nhân viên bệnh viện về việc này và bất cứ nhu cầu đặc biệt nào của em bé trong lúc trị liệu bằng ánh sáng. Các y tá trong bệnh viện hoặc cộng đồng có thể giúp quý vị nếu có bất cứ thắc mắc gì về việc cho con bú sữa mẹ.



Khi quý vị về nhà, hãy **gọi** cho bác sĩ, nhân viên hộ sinh hoặc y tá sức khỏe cộng đồng nếu:

- ▶ Quý vị nghĩ rằng em bé bị vàng da.
- ▶ Em bé vẫn bị vàng da sau khi sinh đã được một tuần.
- ▶ Màu da trở nên vàng hơn hoặc nếu quý vị thấy vàng da trên người, cánh tay hoặc chân của em bé.
- ▶ Em bé buồn ngủ khác thường và không thức dậy để bú 8 lần trở lên mỗi ngày.

Khi quý vị về nhà, hãy nhớ...
