



## Tình Trạng Vàng Da ở Trẻ Sơ Sinh

### Newborn Jaundice

**Trẻ sơ sinh bị vàng da là chuyện thông thường. Đa số những trường hợp vàng da ở trẻ sơ sinh khỏe mạnh đều không nghiêm trọng và không cần điều trị.**

Vàng da là khi da em bé và lòng trắng mắt có sắc vàng. Tình trạng này xảy ra là vì hồng huyết cầu trong cơ thể em bé phân hủy bình thường. Khi hồng huyết cầu phân hủy thì tạo thành một chất màu vàng gọi là bilirubin. Em bé loại bỏ bilirubin qua phân khi đi tiêu. Vàng da ít không có hại nhưng có thể làm em bé buồn ngủ. Vàng da thật nhiều có thể làm hư não hoặc điếc. Trường hợp này rất hiếm xảy ra.

### Vàng da có thể nghiêm trọng hơn nếu

- em bé không bú đủ
- em bé sinh non
- em bé bị bầm khi mới sinh
- em bé có loại máu khác với mẹ
- anh chị của em bé đã bị vàng da

Vàng da xuất hiện trước hết là trên mặt và lan xuống cơ thể đến bàn chân. Nếu bị vàng da ít thì chỉ thấy được ở mặt và ngực. Da có sắc vàng ở bụng dưới, chân và cánh tay khi bị vàng da nhiều hơn.

Chỉ nhìn sắc da em bé sẽ không biết được tình trạng vàng da nghiêm trọng đến mức nào. Có thể xem xét vàng da bằng cách thử máu. Hãy ôm em bé và cho em bé bú trong khi thử nghiệm có thể giúp em bé cảm thấy thoải mái hơn.

Em bé có thể đã được thử mức bilirubin trong bệnh viện. Dù cho kết quả thử nghiệm bình thường, em bé có thể bị vàng da nhiều hơn sau khi quý vị về nhà.

### Khám em bé xem có vàng da hay không

- ôm em bé dưới ánh sáng thiên nhiên, chẳng hạn như gần cửa sổ
- nhìn xem lòng trắng mắt em bé có sắc vàng hay không
- ấn nhẹ đầu ngón tay lên trán, mũi, ngực, cánh tay và chân của em bé. Nếu những chỗ này trông có sắc vàng hoặc cam khi quý vị rút ngón tay ra thì em bé có bị vàng da

### Phải làm gì

**Hãy chắc chắn là em bé bú đầy đủ.**

- cho em bé bú thường xuyên, ít nhất là 3 tiếng một lần. Quý vị có thể cần phải đánh thức em bé để cho bú
- để ý xem em bé có bú mạnh, chậm và đều đặn hay không
- lắng nghe tiếng nuốt sữa

## Nếu em bé ngủ trong khi đang bú:

- cởi khăn quấn và quần áo em bé để da em bé chạm vào da quý vị khi cho bú
- nặn sữa trong vú. Nặn nhẹ vú quý vị trong khi em bé bú
- mỗi lần cho bú cả hai vú
- cho em bé ợ hoặc thay tã trước khi đổi sang vú kia
- xoa nhẹ lưng hoặc bàn chân của em bé
- cho bú thêm sữa mẹ nếu em bé bú không nhiều

## Gọi cho chuyên viên chăm sóc sức khỏe nếu

- quý vị thấy da chân, lòng bàn tay hoặc gót chân có sắc vàng
- em bé không thức dậy để bú, không bú ít nhất 8 lần trong 24 giờ hoặc quý vị thấy đau khi em bé ngậm vú
- 4 ngày sau khi sinh, em bé đi tiêu dưới 2-3 lần mỗi ngày
- em bé bị vàng da lâu hơn 3 tuần

## Điều trị vàng da như thế nào?

Vấn cho em bé bú sữa mẹ nếu em bé bị vàng da. Em bé sẽ tỉnh hơn để bú khi bớt vàng da. Nếu quý vị cần được giúp, hãy liên lạc với ý tá sức khỏe công cộng.

Em bé bị vàng da nhiều có thể cần được đặt nằm dưới các ngọn đèn đặc biệt được gọi là trị liệu bằng ánh sáng. Có thể điều trị theo cách này ở bệnh viện hoặc bằng thiết bị đặc biệt ở nhà.

Đưa em bé ra nắng thì không an toàn hay hiệu quả. Không bao giờ nên đưa trẻ sơ sinh ra nắng tại cửa sổ hoặc ngoài trời.

**Vancouver Coastal Health quyết tâm trợ giúp phụ nữ cho con bú sữa mẹ thành công.  
Xin gọi cho Trạm Sức Khỏe Công Cộng địa phương để biết thêm chi tiết.**

.....  
**Các chi tiết khác về vấn đề nuôi con có thể tìm tại Phòng/Trung Tâm Sức Khỏe Công  
Đồng địa phương hoặc trên mạng tại <http://vch.eduhealth.ca>**

Quý vị có thể hỏi thêm chi tiết về vấn đề cho con bú sữa mẹ từ:

Y Tá Sức Khỏe Công Cộng hoặc Chuyên Viên Dinh Dưỡng Công Đồng tại  
Vancouver Coastal Health ..... [www.vch.ca](http://www.vch.ca)

Baby's Best Chance ..... [www.healthyfamiliesbc.ca/parenting](http://www.healthyfamiliesbc.ca/parenting)

HealthLinkBC..... 8-1-1

Có dịch vụ thông dịch cho 130 ngôn ngữ..... [www.healthlinkbc.ca](http://www.healthlinkbc.ca)  
.....

Muốn có thêm tài liệu này, hãy đến <http://vch.eduhealth.ca> trên mạng hoặc  
gửi email cho [phe@vch.ca](mailto:phe@vch.ca) và nói Số Thư Mục **FK.760.N49.VI**  
Xin gửi ý kiến đóng góp về tài liệu này đến [feedback@vch.ca](mailto:feedback@vch.ca)  
© Vancouver Coastal Health, Tháng Hai 2017

Chi tiết trong tài liệu này chỉ dành cho người được  
toán chăm sóc sức khỏe giao tài liệu này.  
[www.vch.ca](http://www.vch.ca)