

TÁO BÓN

Triệu chứng:

- Đi cầu < 2 lần/tuần
- Tiêu “phân dê” hoặc tiêu phân rất lớn (kiểu 1 và kiểu 2 ở hình dưới)
- Tư thế nín nhịn đi tiêu
- Căng thẳng, đau khi đi tiêu
- Đau bụng, giảm đau sau khi đi tiêu

Nguyên nhân:

- Do chế độ ăn (uống ít nước, ít ăn rau quả,...)
- Do thay đổi môi trường sống (đi học, đi chơi xa,...)
- Do stress, các vấn đề tâm lý
- Các bệnh lý khác: các bệnh lý về thần kinh, bệnh nội tiết và chuyển hóa, bất thường giải phẫu,...

Nên:

- Uống nhiều nước
- Ăn nhiều rau xanh, trái cây
- Tập thói quen đi tiêu 1 lần/ngày vào khung giờ cố định
- Kê ghế thấp dưới chân khi đi tiêu (hình dưới)

Hậu quả:

- Tắc ruột
- Viêm nứt hậu môn
- Trĩ, sa trực tràng
- Biếng ăn, chậm tăng trưởng
- Ảnh hưởng tâm lý, hay cáu gắt
- Giảm chất lượng cuộc sống

Kiểu 4 Khi không bị táo bón, phân mịn và mềm

THANG PHÂN LOẠI TÁO BÓN CỦA BỆNH VIỆN BRISTOL-TAI ANH

Kiểu 2

Phân có hình dạng như các khối rắn riêng biệt, rất khó để lỏng phân ra ngoài

Phân tạo khối khô rắn, sần sùi

Phân tạo khối khô rắn, có các vết nứt trên bề mặt



PHIẾU TÓM TẮT THÔNG TIN ĐIỀU TRỊ

<i>NỘI DUNG</i>	<i>Có</i>	<i>Không</i>
<i>TRIỆU CHỨNG</i>		
Đi cầu < 2 lần/tuần		
Tiêu “phân dê” hoặc phân rất lớn		
Tư thế nín nhịn đi tiêu		
Căng thẳng, đau khi đi tiêu		
Đau bụng, giảm đau sau khi đi tiêu		
<i>NGUYÊN NHÂN</i>		
Uống ít nước, ăn ít rau quả		
Thay đổi môi trường sống (đi học, đi chơi xa...)		
Stress, các vấn đề tâm lý		
Bệnh lý thần kinh, nội tiết, chuyển hóa		
Bất thường giải phẫu		
<i>ĐIỀU TRỊ</i>		
Uống nhiều nước mỗi ngày		
Ăn nhiều rau xanh, trái cây		
Tập thói quen đi tiêu 1 lần/ngày vào giờ cố định		
Kê ghế thấp dưới chân khi đi tiêu để tạo tư thế thuận lợi		
Dùng thuốc làm mềm phân có chỉ định của bác sĩ		
<i>BIẾN CHỨNG KHI KHÔNG ĐIỀU TRỊ KỊP THỜI</i>		
Tắc ruột		
Viêm, nứt hậu môn		
Trĩ, sa trực tràng		
Biếng ăn, chậm tăng trưởng		
Ảnh hưởng tâm lý, dễ cáu gắt		
Giảm chất lượng cuộc sống		
<i>DẤU HIỆU CẦN ĐƯA TRẺ ĐI GẶP BÁC SĨ NGAY</i>		
Táo bón kéo dài không cải thiện		
Đau bụng dữ dội, nôn ói		
Đi tiêu ra máu		
Trẻ không chịu ăn, chậm phát triển		