

NHỮNG CÂU HỎI THƯỜNG GẶP LIÊN QUAN ĐẾN BỆNH RÔM SẢY SKDS - Rôm sảy là bệnh ngoài da thường gặp ở trẻ em vào mùa nóng. Bệnh không nguy hiểm nhưng khiến trẻ rất khó chịu, hay quấy khóc. Nếu không được chăm sóc, xử trí đúng cách có thể gây nhiễm trùng da và để lại sẹo xấu.

NỘI DUNG

-
- [1. Rôm sảy là gì?](#)
- [2. Nguyên nhân gây rôm sảy](#)
- [3. Ai dễ mắc rôm sảy?](#)
- [4. Biểu hiện rôm sảy](#)
- [5. Rôm sảy có nguy hiểm không?](#)
- [6. Chế độ ăn uống có ảnh hưởng đến bệnh rôm sảy không?](#)
- [7. Khi nào cần đưa trẻ đến khám bác sĩ?](#)
- [8. Các biện pháp điều trị rôm sảy](#)
- [9. Cách giảm ngứa khi trẻ bị rôm sảy](#)
- [10. Đông y có chữa được rôm sảy không?](#)
- [11. Phòng tránh rôm sảy thế nào?](#)
- [12. Khám cho trẻ bị rôm sảy ở đâu?](#)

1. Rôm sảy là gì?

[Rôm sảy](#) là tình trạng bí tắc tuyến mồ hôi gây ứ đọng mồ hôi, ống bài tiết dễ bị bụi hay ghét bí kín khiến da bị viêm và xuất hiện các mụn nhỏ màu hồng gây ngứa trên da.

2. Nguyên nhân gây rôm sảy

Nguyên nhân chính gây rôm sảy là do ống bài tiết mồ hôi bị tắc nghẽn. Khi thời tiết nóng bức, cơ thể trẻ tiết nhiều mồ hôi. Tuy nhiên, do ống bài tiết mồ hôi của trẻ chưa phát triển hoàn chỉnh, mồ hôi khó thoát ra ngoài mà ứ đọng lại dưới da, gây ra các nốt rôm sảy li ti, màu đỏ, gây ngứa ngáy và khó chịu.

Ngoài ra, một số yếu tố khác cũng có thể góp phần làm tăng nguy cơ bị rôm sảy ở trẻ, bao gồm:

- *Môi trường nóng ẩm:* Trẻ sống trong môi trường nóng ẩm, nhiều mồ hôi cũng dễ bị rôm sảy hơn.
- *Mặc quần áo quá chật, bí:* Quần áo quá chật, bí có thể làm cọ xát da, kích thích tuyến mồ hôi hoạt động mạnh hơn và dễ bị tắc nghẽn.

- *Cọ xát da*: Cọ xát da nhiều do quần tã, mặc nhiều quần áo, hoặc do nằm một chỗ trong thời gian dài cũng có thể làm tăng nguy cơ bị rôm sảy.
- *Suy dinh dưỡng*: Trẻ suy dinh dưỡng có da mỏng manh, dễ bị tổn thương và tắc nghẽn tuyến mồ hôi hơn.



Rôm sảy khiến trẻ rất khó chịu. Ảnh minh họa.

3. Ai dễ mắc rôm sảy?

Đối tượng dễ mắc rôm sảy bao gồm:

- *Trẻ em*: Do da của trẻ em mỏng manh, tuyến mồ hôi chưa phát triển hoàn chỉnh nên dễ bị tắc nghẽn khi tiết nhiều mồ hôi.
- *Người sống ở vùng nóng ẩm*: Người lớn sống ở vùng khí hậu nóng ẩm, làm việc trong môi trường nóng bức hoặc vận động nhiều cũng dễ bị rôm sảy.
- *Béo phì*: Người béo phì có nhiều nếp gấp da, tạo điều kiện cho mồ hôi ứ đọng và dễ bị tắc nghẽn tuyến mồ hôi gây rôm sảy.

4. Biểu hiện rôm sảy

Người bị rôm sảy thường có biểu hiện xuất hiện các nốt mụn nhỏ li ti, màu đỏ hoặc trắng, mọc thành từng đám trên da. Các nốt mụn này có thể mọc ở bất kỳ vị trí nào trên cơ thể, nhưng chủ yếu ở mặt, cổ, ngực, lưng, nếp gấp da và bẹn.



Sài đất trị rôm sảy, mụn nhọt mùa nóng ĐỌC NGAY

Trẻ bị rôm sảy ngứa ngáy, khó chịu, quấy khóc nhiều, đặc biệt là vào ban đêm. Do ngứa nhiều nên trẻ hay gãi các nốt rôm sảy, dẫn đến da bị trầy xước, nhiễm trùng. Da trẻ có thể hơi sưng đỏ và nóng. Trẻ có thể bị đổ mồ hôi nhiều hơn bình thường. Những biểu hiện rôm sảy đôi khi có thể nhầm lẫn với một số bệnh như sốt phát ban, dị ứng...

5. Rôm sảy có nguy hiểm không?

Rôm sảy bình thường không nguy hiểm nhưng nếu không được chăm sóc, xử trí đúng cách, tình trạng rôm sảy nặng, trẻ ngứa ngáy gãi nhiều khiến da bị trầy xước, vi khuẩn xâm nhập vào da và gây nhiễm trùng.

Biểu hiện của nhiễm trùng da do rôm sảy bao gồm: các nốt rôm sảy sưng đỏ, nóng, đau, có mủ... Nếu không được điều trị kịp thời, nhiễm trùng da có thể lan rộng, gây ra các biến chứng nguy hiểm như: áp xe da, viêm mô tế bào, nhiễm trùng huyết...

Ngoài ra, do đổ mồ hôi nhiều, trẻ có thể bị mất nước. Nếu các nốt mụn không được điều trị có thể để lại sẹo thâm hoặc nám da, gây ảnh hưởng đến thẩm mỹ.

Do đó, khi trẻ có biểu hiện mắc rôm sảy, cha mẹ nên đưa trẻ đi khám bác sĩ để được chẩn đoán và điều trị phù hợp.

6. Chế độ ăn uống có ảnh hưởng đến bệnh rôm sảy không?

Nếu trẻ có chế độ ăn uống thiếu hụt dinh dưỡng dẫn đến suy dinh dưỡng, sức đề kháng kém, da dễ bị tổn thương và dễ mắc các bệnh ngoài da, trong đó có rôm sảy. Ngoài ra nếu tiêu thụ nhiều thực phẩm có tính nóng, nhiều dầu mỡ, đồ ngọt có thể khiến cơ thể trẻ nóng bức, đổ mồ hôi nhiều hơn, dẫn đến tình trạng rôm sảy nặng hơn.

7. Khi nào cần đưa trẻ đến khám bác sĩ?

Trong hầu hết các trường hợp, rôm sảy sẽ tự hết trong một vài ngày nếu ở mức độ nhẹ và được chăm sóc, dinh dưỡng phù hợp.

Cha mẹ trẻ cần cho trẻ đi khám nếu trẻ ngứa nhiều, quấy khóc ảnh hưởng đến giấc ngủ; Xuất hiện nhiều mụn mủ trên da; Đau, sưng đỏ, nóng xung quanh vùng da bị ảnh hưởng; Sốt; Sưng hạch bạch huyết vùng cổ, nách, bẹn; Rôm sảy dai dẳng hoặc hay tái phát.

8. Các biện pháp điều trị rôm sảy

Theo các chuyên gia y tế, nguyên tắc xử trí rôm sảy là giữ cơ thể mát mẻ, thoáng khí, hạn chế mồ hôi tiết ra, chống viêm da.

Trẻ bị rôm sảy có thể sử dụng một số biện pháp không dùng thuốc như sau:

- Nên tắm cho trẻ bằng nước mát và không dùng xà phòng loại làm khô da. Có thể tắm cho trẻ bằng lá [trà xanh](#) (phải rửa sạch, đun sôi kỹ, tránh nhiễm khuẩn da).
- Cho trẻ mặc quần áo mềm, nhẹ, thoáng mát, để thấm mồ hôi; tránh mặc quá nhiều, quá chật.
- Phòng ngủ phải luôn mát mẻ, thông thoáng. Khi thời tiết quá nóng có thể dùng quạt, sử dụng máy điều hòa nhiệt độ đúng cách.

- Hạn chế không cho trẻ ra nắng từ 10 giờ sáng tới 4 giờ chiều. Vì đây là khoảng thời gian các tia cực tím hoạt động mạnh nhất, rất dễ khiến cho da trẻ bị cháy nắng, bỏng rát, làm gia tăng rôm sảy. Nguy hiểm hơn là việc tiếp xúc nhiều với tia cực tím có thể gây ra [ung thư da](#).
- Giữ cho da trẻ luôn được khô ráo và sạch sẽ. Không nên bôi nhiều kem hay các loại phấn lên da trẻ vì sẽ bịt lại các lỗ chân lông, dễ khiến trẻ bị nổi rôm hơn.
- Tránh cho trẻ tiếp xúc với những nơi quá đông đúc và ngột ngạt.
- Tránh làm trầy xước các mụn vì có thể gây nhiễm trùng da.
- Cho trẻ ăn đủ dinh dưỡng, thức ăn mát, nhiều vitamin. Uống đủ nước, hạn chế uống các loại nước ngọt...

9. Cách giảm ngứa khi trẻ bị rôm sảy

Nếu trẻ bị rôm sảy, cha mẹ có thể áp dụng một số biện pháp để giảm ngứa và khó chịu cho trẻ như sau:

- Vệ sinh da cho trẻ thường xuyên bằng khăn mềm, ẩm.
- Cho trẻ uống nhiều nước.
- Tránh gãi các nốt rôm sảy vì có thể làm da bị trầy xước, nhiễm trùng.
- Tắm cho trẻ bằng nước mát, pha thêm một ít lá trà xanh hoặc lá kinh giới.
- Có thể thoa kem dưỡng ẩm dịu nhẹ cho trẻ.

10. Đông y có chữa được rôm sảy không?

Đông y có thể hỗ trợ điều trị rôm sảy bằng cách sử dụng các vị thuốc có tính mát, sát khuẩn, thanh nhiệt, giải độc, tiêu viêm, giảm ngứa như: lá trà xanh, lá kinh giới, mướp đắng, rau má...

Khi sử dụng các bài thuốc Đông y để điều trị rôm sảy cho trẻ, cha mẹ nên tham khảo ý kiến của bác sĩ Đông y có uy tín.



Tắm rửa thường xuyên cho trẻ để phòng ngừa rôm sảy.

11. Phòng tránh rôm sảy thế nào?

Để phòng ngừa rôm sảy cho trẻ, cha mẹ nên thực hiện các biện pháp sau:

- Mặc cho trẻ quần áo rộng rãi, thoáng mát, thấm hút mồ hôi tốt.
- Tắm rửa cho trẻ thường xuyên bằng nước mát, lau khô người cho trẻ sau khi tắm.
- Giữ cho môi trường xung quanh trẻ thoáng mát, sạch sẽ.
- Cho trẻ bú sữa mẹ nhiều để tăng cường sức đề kháng.
- Khi thời tiết quá nóng cần tránh cho trẻ tiếp xúc với ánh nắng, có thể dùng quạt thông gió, máy điều hòa nhiệt độ. Chỗ ngủ phải luôn mát mẻ, thoáng khí.
- Giữ cho da trẻ luôn được khô ráo và sạch sẽ.

12. Khám cho trẻ bị rôm sảy ở đâu?

Khi trẻ có biểu hiện mắc rôm sảy, cha mẹ nên đưa trẻ đến các cơ sở y tế chuyên khoa Nhi, da liễu để các bác sĩ khám và hướng dẫn biện pháp chăm sóc, điều trị đúng cách. Không nên tự ý cho trẻ dùng thuốc theo mách bảo hoặc bôi nhiều kem hay các loại phấn lên da trẻ vì sẽ gây bít các lỗ chân lông khiến trẻ bị nổi rôm nhiều hơn.

Xem thêm:



Chế độ ăn giúp trẻ bị rôm sảy mau khỏi

SKĐS - Trẻ bị rôm sảy cần được chăm sóc, điều trị đúng cách. Bên cạnh các biện pháp vệ sinh da thì chế độ dinh dưỡng hợp lý, đủ chất, bổ sung vitamin và khoáng chất sẽ tăng sức đề kháng cho trẻ, phòng ngừa biến chứng và giúp bệnh nhanh khỏi.

Thu Phương