

BÉ BỊ SỐ MŨI!

Lời: Kim Ji Ho
Tranh: Hwang hasuk
Người dịch: Ú Shinki



2



NHÀ XUẤT BẢN TRẺ VIỆT NAM

Sựt sựt!

Hắt xì!





- Thưa cô, bạn Jun Ho bị ốm ạ! - Su Ji gọi cô giáo.

- Con bị chảy nhiều nước mũi quá! Hay chúng ta gọi bác sĩ Kinh Coong nhé? Chỉ cần ấn cái nút đằng kia là bác sĩ sẽ đến khám mũi cho Jun Ho ngay đấy! - Cô giáo nói.



Kính coong! Kính coong!

- Xin chào! Đây là phòng khám Kính Coong.
- Châu chào bác sĩ Kính Coong ạ! Châu là Lee Jun Ho. Châu bị sổ mũi ạ!
- Thế à? Vậy thì bác sẽ đến ngay đây!



Nói rồi, bác sĩ Kính Coong vội chạy ngay
đến trường học.




- Chào, bạn nào là Lee Jun Ho vừa mới gọi điện cho bác thế? - Bác sĩ Kính Coong nhìn các bạn nhỏ và hỏi.

Các bạn nhỏ tinh nghịch và Jun Ho cùng đồng thanh trả lời bác sĩ.

"Cháu ạ!"

"Cháu ạ!"





- Bác tìm được rồi nhè!
Bác sĩ Kính Coong
nhẹ nhàng nhận ra
ngay Jun Ho. Sau đó,
bác cẩn thận quan sát
mũi của bạn ấy.

Sụt sịt!

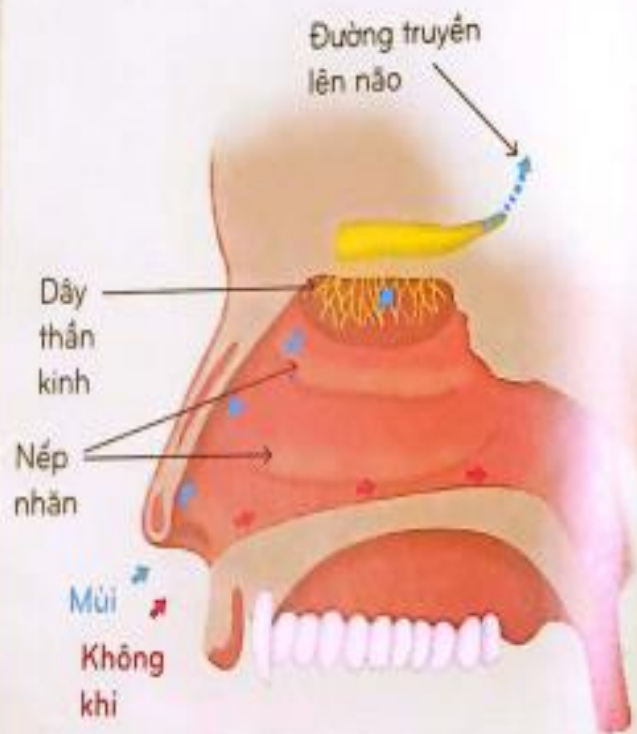
- Châu bị viêm mũi dị ứng rồi! Nếu để bụi hoặc phấn hoa chui vào mũi châu thì có thể khiến cho bệnh viêm mũi dị ứng trở nên nghiêm trọng hơn. Vì vậy, khi đi ra ngoài, châu nhất định phải đeo khẩu trang vào nhé!





- Chúng ta hãy cùng quan sát
mũi của cháu thêm một chút nữa!





- Chúng ta ngửi mùi và hít thở bằng mũi đúng không nào? Nhưng nếu phấn hoa, bụi hay lông động vật tấn công vào mũi của chúng ta thì có thể gây ra viêm mũi dị ứng.





- Vì bị viêm nhiễm nên phía trong mũi sẽ sưng tấy làm mũi bị tắc nghẹt, gây khó thở, đồng thời cũng khiến chúng ta không ngửi được mùi. Nào, cháu hãy làm theo bác sĩ Kính Coong nhé!



Bác sĩ Kính Coong dùng hai ngón tay
đẩy hai lỗ mũi của Jun Ho lên trên.

Ấn ấn lỗ mũi bên trái.

Xoa xoa lỗ mũi bên phải.



- Bác sẽ dán miếng dán trị ngạt mũi
để cháu thấy dễ chịu hơn nhé!

Nói rồi, bác sĩ Kính Coong
dán vào hai bên mũi của
Jun Ho hai miếng dán nhỏ.





- Sau này khi đi ra đường, cháu nhớ phải đeo khẩu trang nhé! Và ngày nào cũng phải mát-xa cho mũi nữa, nhớ chưa?

- Cháu nhớ rồi bác sĩ ạ! - Jun Ho đồng dục trả lời.



- Chỉ cần cháu giữ được thói quen sinh hoạt tốt thì sẽ không sợ gì bệnh viêm mũi cả! - Bác sĩ Kính Coong nhắc nhở Jun Ho thêm lần nữa.





Góc cha mẹ

Q Các triệu chứng của viêm mũi dị ứng là gì?

A Viêm mũi dị ứng là một dạng của viêm mũi. Đây là bệnh mà trẻ em hoặc thanh thiếu niên thường hay mắc phải. Thông thường, khi bị viêm mũi dị ứng, mũi sẽ bị tắc, tạo ra tiếng khụt khịt ở mũi, cũng có thể bị hắt hơi đột ngột và kéo dài, chảy nước mũi trong, mắt và mũi bị ngứa nên phải dụi lên tục. Tắc nghẹt mũi là triệu chứng thường thấy nhất, còn hắt hơi và sổ mũi thì thường nặng hơn khi thức dậy vào sáng sớm và giảm dần về chiều. Ngoài ra, còn có thể xuất hiện các triệu chứng như ngứa đầu, đau đầu hoặc không thể ngửi được mùi.

Q Nguyên nhân của viêm mũi dị ứng là gì?

A Nguyên nhân chủ yếu là do yếu tố di truyền gia đình. Nếu bố hoặc mẹ bị dị ứng thì khả năng con cái mắc dị ứng là rất cao.

Nguyên nhân thứ hai là do môi trường sinh hoạt. Trong sinh hoạt hằng ngày, nếu chúng ta càng tiếp xúc nhiều với các chất gây dị ứng thì viêm mũi dị ứng càng trở nên nghiêm trọng hơn. Điển hình là mạt bụi nhà, phấn hoa, nấm mốc, vảy gấu, lông động vật hoặc các loại côn trùng có hại như gián.

Q Nếu để mặc viêm mũi dị ứng thì sẽ thế nào?

A Nếu cứ để mặc viêm mũi dị ứng mà không điều trị triệt để thì sẽ khiến trẻ không thể hít thở bình thường được. Các triệu chứng do viêm mũi dị ứng gây ra cũng khiến khả năng tập trung học tập bị giảm sút, ảnh hưởng xấu đến quá trình tăng trưởng của trẻ. Hơn nữa, viêm mũi thờ bãng miệng do tắc nghẹt mũi có thể khiến khuôn mặt bị kéo dài, cảm giác nhô ra phía trước. Vì vậy, ngay khi có dấu hiệu của bệnh, cần nhanh chóng đến gặp bác sĩ để được khám và điều trị kịp thời.

Q Thời gian sinh hoạt hằng ngày cho người bị bệnh viêm mũi dị ứng?

A Mạt bụi nhà

- Nên giặt sạch sẽ chăn, ga, gối mỗi tuần một lần.
- Nếu có thể thì nên tránh dùng thảm, nệm ghế, sofa, búp bê bằng vải.
- Điều chỉnh độ ẩm trong phòng để độ ẩm tương đối ở mức dưới 50%.

A Phấn hoa

- Nên tránh đến những nơi có nhiều phấn hoa.
- Khi ra ngoài, hãy đeo khẩu trang, kính râm, đội mũ và hạn chế để lộ da.
- Hạn chế mặc áo để bắt phấn hoa.
- Khi lái xe ô tô, nên đóng cửa sổ để phấn hoa không bay vào trong.
- Sau khi về nhà, cần giữ sạch phần hoa dính trên quần áo, giày dép mặc bên ngoài.

- Sau khi ở ngoài về, phải rửa mặt và tay sạch sẽ.
- Không trồng cây hoặc hoa có thể tạo ra phấn hoa trong nhà.

A Những yếu tố khác

- Hạn chế nuôi và tiếp xúc với các loại thú cảnh.
- Tránh khói thuốc lá, khói xăng xe, nhiên liệu.
- Thường xuyên cung cấp nước cho cơ thể.
- Vận động và nghỉ ngơi điều độ, giảm căng thẳng, mệt mỏi.

