

TRƯỜNG ĐẠI HỌC VINH

TS Nguyễn Ngọc Hiền

GIÁO TRÌNH
BỆNH HỌC TRẺ EM

(Dùng cho sinh viên ngành GD Mầm non – hệ Từ xa)

Vinh - 2011

CHƯƠNG I

MỞ ĐẦU

1. Đối tượng và nhiệm vụ của vệ sinh trẻ em

1.1. Đối tượng của vệ sinh trẻ em

Y học hiện đại có 2 nhiệm vụ chính, gắn bó mật thiết và có liên quan hữu cơ với nhau là chữa bệnh dự phòng. Y học chữa bệnh có chức năng phát hiện, chuẩn đoán và điều trị bệnh; hạn chế tử vong, biến chứng, phục hồi sức khỏe và khả năng lao động sau khi bị bệnh. Y học dự phòng thực hiện phương châm “phòng bệnh hơn chữa bệnh” hướng tới việc quan tâm đến con người và sức khỏe của họ nhằm kéo dài tuổi thọ, góp phần tăng năng suất lao động xã hội. Nó thể hiện tính tích cực trong việc bảo vệ sức khỏe cho con người, không đợi mắc bệnh mới chữa, mà tìm ra nguyên nhân gây bệnh và tai nạn trong các hoạt động và sinh hoạt hàng ngày của con người. Do đó việc giải quyết bệnh tật và tai nạn có hiệu quả cao, có ý nghĩa kinh tế lớn, tiết kiệm được công sức, tiền của của nhân dân và đó cũng là quan điểm của nền y học xã hội chủ nghĩa - lấy y học dự phòng là chính

Y học dự phòng dựa trên thành tựu của nhiều bộ môn khoa học khác nhau như giải phẫu học, sinh lý học, vệ sinh học ... Trong đó, giải phẫu học là khoa học về cấu tạo và quy luật phát triển của cơ thể sống lành mạnh. Nó nghiên cứu những quy luật đó trong mối liên hệ với chức năng, nghĩa là hoạt động của các cơ quan, các hệ cơ quan và cơ thể nói chung. Nó nghiên cứu những quy luật làm cơ sở cho các quá trình sống của cơ thể. Vệ sinh học là khoa học về ảnh hưởng của các điều kiện sống đến sức khỏe con người. Nó nghiên cứu những biện pháp nhằm ngăn ngừa các tác động bất lợi cho con người và tạo điều kiện để giữ gìn sức khỏe cho họ.

Vệ sinh trẻ em là thành phần quan trọng của vệ sinh học. Vì vậy, dựa trên khái niệm “vệ sinh học” có thể xác định khái niệm “vệ sinh trẻ em” như sau:

Vệ sinh trẻ em là khoa học về ảnh hưởng của các yếu tố của môi trường đến sự phát triển và trạng thái sức khỏe của trẻ em. Nó nghiên cứu những biện pháp nhằm củng cố sức khỏe, phát triển cơ thể trẻ một cách toàn diện, cân đối và tổ chức giáo dục trẻ hợp lý.

Các yếu tố có ảnh hưởng đến sức khỏe con người có thể chia thành 3 nhóm: yếu tố di truyền, môi trường tự nhiên, môi trường xã hội

Di truyền có ảnh hưởng tới cấu trúc, chức năng tâm – sinh lý. Nhiều cá thể có tính di truyền rõ rệt. Dựa vào những quy luật di truyền, người ta đã xây dựng mô hình phát triển cơ thể và mô hình bệnh tật có liên quan và từ đó có các biện pháp phòng tránh hoặc cải tạo các bệnh tật. Những tác động từ bên ngoài có thể làm thay đổi tính di truyền. Tuy nhiên, sự biến đổi đó xảy ra tương đối chậm.

Những biến đổi của môi trường tự nhiên cũng ảnh hưởng tới sức khỏe của con người. Môi trường tự nhiên bao gồm: đất, nước, không khí, ánh sáng, khí hậu, thời tiết ... Khi khí hậu, thời tiết thay đổi, tỉ lệ mắc bệnh cũng thay đổi. Có những bệnh thường gặp nhiều vào mùa đông, trái lại có bệnh lại gặp nhiều vào mùa hè. Cũng có những bệnh ở vùng này diễn biến nặng, nhưng chuyển sang vùng khác thì diễn biến nhẹ hơn ... Tất cả những thay đổi đó có liên quan tới việc phòng chống bệnh tật và bảo vệ sức khỏe cho con người.

Môi trường xã hội bao gồm : chế độ chính trị, sự phát triển kinh tế, điều kiện lao động sản xuất, sinh hoạt, nhà ở, tiện nghi đi lại, hoàn cảnh chiến tranh và hoà bình, sự phát triển dân số, trình độ khoa học kỹ thuật ... Ngoài ra các yếu tố khác như tập quán, lối sống (ăn uống, vui chơi, giải trí, phong tục, tôn giáo...) đều có ảnh hưởng trực tiếp hoặc gián tiếp tới sức khỏe con người.

Đối với trẻ em, quá trình phát triển của cơ thể từ khi còn trong bụng mẹ đến khi trưởng thành trải qua những giai đoạn nhất định và chịu ảnh hưởng của các tác động khác nhau của các yếu tố nói trên. Trong đó các yếu tố có ảnh hưởng trực tiếp đến sức khỏe và sự phát triển thể chất của trẻ là: Tuổi, tình trạng thể chất và tinh thần của các bà mẹ khi mang thai, môi trường sống của trẻ nhỏ,

chế độ dinh dưỡng của chúng, sự chăm sóc sức khỏe, điều kiện giáo dục, vui chơi, giải trí, sinh hoạt, vệ sinh cá nhân ... Do đó, cần nghiên cứu các biện pháp nhằm khắc phục những ảnh hưởng xấu của môi trường và phát triển các yếu tố có ảnh hưởng tích cực đến sức khỏe và sự phát triển của trẻ.

Tất cả các yếu tố trên đều là đối tượng của vệ sinh trẻ em.

1.2. Nhiệm vụ của vệ sinh trẻ em

Để đạt được mục đích bảo vệ và củng cố sức khỏe của trẻ, phát triển cơ thể một cách toàn diện và cân đối, vệ sinh trẻ em cần phải giải quyết những nhiệm vụ cụ thể như sau:

- Nghiên cứu *đặc điểm phát triển của trẻ ở các giai đoạn lứa tuổi*: đặc điểm sinh lí, bệnh lí, quy luật phát triển thể chất của trẻ ở các giai đoạn lứa tuổi ... Từ đó, sẽ đưa ra các biện pháp chăm sóc và giáo dục trẻ phù hợp.

- Nghiên cứu *những kiến thức cơ bản về vệ sinh học* : vi sinh vật, dịch tễ học, miễn dịch học, kí sinh trùng ... Trên cơ sở các kiến thức này, sẽ xác định các biện pháp phòng chống bệnh cho trẻ em ở các lứa tuổi và trong các môi trường sống khác nhau.

- Nghiên cứu *vệ sinh các cơ quan và hệ cơ quan* : vệ sinh hệ thần kinh, vệ sinh da, vệ sinh mắt, vệ sinh cơ quan hô hấp và họng, vệ sinh cơ quan tiêu hoá và bài tiết.

- Nghiên cứu *những cơ sở vệ sinh trong nuôi dưỡng trẻ nhỏ* : nhu cầu dinh dưỡng của trẻ nhỏ, tổ chức dinh dưỡng hợp lý cho trẻ ở các lứa tuổi, vệ sinh thực phẩm ...

- Nghiên cứu *vấn đề vệ sinh trong giáo dục thể chất*: Bao gồm : vệ sinh trong quá trình tổ chức cho trẻ luyện tập, giáo dục tư thế cho trẻ và rèn luyện cơ thể cho trẻ bằng các yếu tố tự nhiên (không khí, nước, ánh nắng, mặt trời)

- Nghiên cứu *vệ sinh quần áo cho trẻ em*: làm rõ khái niệm vệ sinh quần áo, những yêu cầu về vệ sinh quần áo và tổ chức vệ sinh quần áo cho trẻ ở các lứa tuổi.

- Nghiên cứu việc *giáo dục vệ sinh cho trẻ em*: giáo dục thói quen vệ sinh cho trẻ em, tuyên truyền giáo dục *vệ sinh trong gia đình và nhà trường* ...

- Nghiên cứu vấn đề vệ sinh môi trường: vệ sinh không khí, vệ sinh nước, vệ sinh mặt đất, vệ sinh trường mầm non.

2. Cơ sở khoa học của vệ sinh trẻ em

Để giải quyết các nhiệm vụ trên, vệ sinh trẻ em đã dựa trên thành tựu nghiên cứu của các bộ môn khoa học liên quan khác

2.1. Cơ sở phương pháp luận của vệ sinh trẻ em

Để định hướng cho việc nghiên cứu quá trình chăm sóc và giáo dục trẻ em, bộ môn vệ sinh trẻ em đã dựa trên quan điểm duy vật về sự hình thành con người và mối quan hệ của con người với môi trường sống. Trong đó, Những luận điểm quan trọng như: sự thống nhất giữa các cơ quan trong cơ thể và giữa cơ thể với môi trường; vai trò của các điều kiện xã hội đối với sự phát triển con người ... có ý nghĩa đặc biệt quan trọng định hướng việc giải quyết các nhiệm vụ nghiên cứu của “vệ sinh trẻ em”

a. Sự thống nhất hoạt động của các cơ quan trong cơ thể và giữa cơ thể với môi trường

Quan niệm duy vật về cách nhìn vũ trụ cho rằng thiên nhiên là một khối thống nhất, trong đó, tất cả mọi sự việc đều liên hệ chặt chẽ với nhau và ảnh hưởng lẫn nhau. Trong thiên nhiên không hề có sự tĩnh lại, mà trái lại luôn luôn có sự thay đổi. Sự sống là một kiểu vận động của vật chất.

Phát triển quan điểm duy vật này, I.M. Sêchê nôp, I.P. Paplôp và các học trò của họ đã đưa ra quan niệm cho rằng: cơ thể là một khối thống nhất trong đó, mỗi bộ phận có liên quan mật thiết với nhau và toàn bộ cơ thể thống nhất với ngoại cảnh. Nhấn mạnh ý nghĩa của môi trường, họ đã chỉ rõ : : trong định nghĩa về sinh vật, mà không nói đến môi trường sống của nó là chưa đủ. Khi môi trường thay đổi, thì cơ thể phải có những thay đổi, những phản ứng cho phù hợp với sự thay đổi của môi trường, nếu không cơ thể sẽ không tồn tại được. Khả năng này của cơ thể gọi là sự thích nghi - Một quy luật cơ bản của sinh vật”

Như vậy, cơ thể động vật cũng như con người, muốn sinh tồn và phát triển phải có môi trường. Môi trường tức là ngoại cảnh và nội tạng. Hoàn cảnh xung quanh chúng ta không lúc nào không thay đổi và luôn đưa đến cơ thể chúng ta vô vàn kích thích. Cơ thể chúng ta muốn thích ứng với hoàn cảnh để sinh tồn và phát triển phải có đủ khả năng thu nhận tất cả các kích thích đó, phân tích nó và có sự ứng phó kịp thời. Tuy nhiên từng cơ quan riêng lẻ không thể làm việc này mà cần có sự tham gia thống nhất của toàn bộ cơ thể dưới sự chỉ đạo của hệ thần kinh. Mỗi khi có sự biến đổi hoàn cảnh, các bộ phận nhạy cảm nhận thu nhận các kích thích đó đưa vào đại não. Ở đây, diễn ra quá trình phân tích tổng hợp, rồi truyền mệnh lệnh phản ứng. Ví dụ: một ngọn lửa chạm vào tay, tay ta giật. Sự co giật đó không phải là một động tác tự phát của tay, mà là một sự thi hành mệnh lệnh của đại não.

Như vậy, cơ thể hoạt động trong môi trường với tư cách là một tổ chức hoàn chỉnh. Mỗi bộ phận không thể thực hiện được chức phận của nó nếu không nhận được một mệnh lệnh từ trung ương thần kinh, là nơi thu nhận tình hình toàn diện trong và ngoài cơ thể.

Cơ thể muốn hoạt động và phát triển, chẳng những cần phải thống nhất các bộ phận với nhau mà toàn bộ cơ thể phải thống nhất với ngoại cảnh. Hay nói cách khác, cơ thể phải thích ứng với ngoại cảnh, phải làm thế nào để tình hình bên trong cơ thể phù hợp với yêu cầu của ngoại cảnh.

Từ khi ra đời, đứa trẻ bị rơi vào môi trường sống mới, với những điều kiện sống hoàn toàn khác xa với môi trường trong bụng mẹ. Cơ thể trẻ tác động với môi trường bên ngoài thông qua các cơ quan cảm giác và hệ thần kinh. Từ đó, cơ thể trẻ tiếp nhận được tất cả mọi biến đổi xảy ra ở bên trong và bên ngoài và phản ứng lại một cách tích cực với những biến đổi đó, làm thay đổi quan hệ của cơ thể với môi trường.

Tuy nhiên, đối với trẻ ở lứa tuổi mầm non, hệ thần kinh nói riêng, các hệ cơ quan trong cơ thể nói chung chưa hoàn thiện về cấu tạo và chức năng. Do vậy, khả năng hoạt động của hệ thần kinh trẻ còn kém. Những tác động của môi trường bên ngoài không thích hợp có thể ảnh hưởng đến hoạt động bình thường

của hệ thần kinh ở trẻ nhỏ, làm kìm hãm sự phát triển hoặc làm rối loạn chức năng của nó. Đồng thời, kinh nghiệm sống của trẻ còn ít, cho nên các nhà giáo dục cần làm dễ quá trình thích nghi của trẻ bằng các biện pháp chăm sóc và giáo dục phù hợp với khả năng của trẻ nhỏ. Nghĩa là, cần phải cải tạo môi trường sống phù hợp với khả năng của trẻ và tạo điều kiện cho trẻ có thể chủ động trong việc thích nghi với môi trường.

b. Vai trò quan trọng của điều kiện xã hội đối với sự phát triển cơ thể.

Quan điểm của C.Mác về bản chất xã hội của con người ra đời đã làm đảo lộn tất cả những quan niệm về con người trước đó và là tư tưởng chỉ đạo sự nghiên cứu, hoạt động của các nhà khoa học tự nhiên, xã hội, trong đó có giáo dục.

Tiếp thu các quan điểm duy vật của những người đi trước về con người và bản chất con người, C.Mác khẳng định rằng con người là một thực thể tự nhiên, một thực thể sinh vật. Khi nói “hoàn cảnh tạo ra con người” có nghĩa là cần phải thừa nhận con người là khách thể của hoàn cảnh thay đổi. Song “bản chất con người là tổng hoà các mối quan hệ xã hội”. Vì vậy, các yếu tố xã hội, các quan hệ xã hội là yếu tố chi phối, nhân tố quyết định quá trình hình thành bản chất con người.

Tuy nhiên, C.Mác lại khẳng định, hoàn cảnh tạo ra con người trong chừng mực con người tạo ra hoàn cảnh, nghĩa là cái hoàn cảnh tạo ra con người ấy cũng chính do con người đã tạo ra. Rõ ràng, con người không những là sản phẩm của xã hội mà còn tích cực cải tạo hoàn cảnh và hoàn thiện bản thân về mọi mặt.

Vì vậy, con người vừa là khách thể, vừa là chủ thể của quá trình phát triển tự nhiên, xã hội, giống nói và mọi cá thể. Theo C.Mác, trong quá trình hình thành nhân cách, điều kiện quyết định là hoạt động thực tiễn, hoạt động lao động và hoạt động xã hội. Hoạt động lao động và xã hội vừa là điều kiện để hình thành nhân cách vừa là thước đo, đánh giá tính chủ thể của mỗi cá nhân.

Luận đề của Mác về bản chất xã hội của con người là cơ sở để các nhà giáo dục hiểu rõ bản chất, động lực, các quy luật của quá trình giáo dục, dạy

học. Mác đã vũ trang cho nhân loại vũ khí tư tưởng, giải phóng con người và ý thức con người ra khỏi sự trói buộc của thể giới khách quan, nhân sinh quan duy tâm, siêu hình đến con người vươn lên làm chủ xã hội, làm chủ trong quá trình phát triển của mỗi cá thể với tư cách là chủ thể tích cực của hoàn cảnh sống.

Sự phát triển thể chất, tình trạng sức khỏe của con người phụ thuộc rất nhiều vào các điều kiện xã hội như : mức sống, điều kiện sinh hoạt, lao động, vệ sinh ... và đặc biệt là điều kiện giáo dục.

Đối với trẻ nhỏ, các điều kiện xã hội càng có ý nghĩa quan trọng đối với sự phát triển cơ thể trẻ. Do các cơ quan và hệ cơ quan trong cơ thể trẻ đang phát triển và chưa hoàn thiện, trẻ cần được tạo điều kiện tốt nhất về dinh dưỡng, sinh hoạt và vệ sinh cá nhân, giáo dục ... Đồng thời, thông qua việc tổ chức các hoạt động vừa sức, hấp dẫn cho trẻ trong quá trình sống, trẻ được hoà mình vào môi trường tự nhiên, xã hội để dần tập làm chủ cuộc sống đó, làm chủ quá trình phát triển của chính bản thân chúng với tư cách là chủ thể tích cực của hoàn cảnh sống.

2.2. Cơ sở tự nhiên của vệ sinh trẻ em

Các kết quả nghiên cứu về giải phẫu và sinh lý lứa tuổi là cơ sở quan trọng để nghiên cứu và giải quyết các vấn đề của vệ sinh trẻ em. Giữa trẻ em với người lớn có sự khác biệt về cấu tạo và chức năng của từng cơ quan riêng biệt trong cơ thể. Nhưng đặc điểm đó thay đổi ở các giai đoạn lứa tuổi. Sự hiểu biết về đặc điểm giải phẫu và sinh lý lứa tuổi rất quan trọng đối với các nhà giáo dục. Bởi vì, việc bảo vệ sức khỏe, tổ chức các hoạt động của trẻ hợp lý, hoàn thiện sự phát triển thể chất chỉ có được với những kiến thức chính xác về cấu tạo và chức năng cơ thể, đặc trưng cho một lứa tuổi cụ thể nào đó mà thôi. Chính vì thế mà nhà giáo dục học tiền bối N.K. Crupxcaia đã nói : “ Đầu tiên mà nhà giáo dục cần phải biết là cấu tạo và đời sống thân thể con người – đó là giải phẫu và sinh lý học về thân thể con người và sự phát triển của nó. Thiếu điều đó, không thể là nhà giáo dục, không thể làm cho đứa trẻ phát triển một cách đúng đắn được”.

Ví dụ:

* Nếu hiểu rõ đặc điểm phát triển cơ quan tiêu hoá của trẻ ở các giai đoạn lứa tuổi sẽ có cơ sở để xác định phương pháp tổ chức bữa ăn hợp lý cho trẻ, tạo điều kiện cho hệ tiêu hoá phát triển tốt và tăng cường trạng thái chung của cơ thể.

- Đối với trẻ bú mẹ (trước 1 tuổi), thức ăn duy nhất phù hợp với trẻ là sữa mẹ và có biện pháp tổ chức cho trẻ ăn bổ sung kịp thời vào tháng thứ 4 trở lên.

- Đối với trẻ lứa tuổi nhà trẻ(1 – 3tuổi): Dựa trên mức độ trưởng thành của hệ tiêu hoá (sự phát triển răng sữa, sự phát triển của men tiêu hoá ngày càng tăng và sự tiết dịch tập trung hơn ...) có thể thực hiện sự luân chuyển chế độ ăn nhiều lần trong giai đoạn này : từ ăn bột đến ăn cháo rồi ăn cơm nát, cơm thường ... Mặc dù vậy, sự luân chuyển chế độ ăn cho trẻ phải tiến hành thận trọng, từ từ dựa trên khả năng tiếp nhận thức ăn thực tế của cơ thể từng trẻ riêng biệt (các cách chế biến mới, việc bổ sung các thực phẩm mới, lượng thức ăn đưa vào cơ thể trẻ mỗi bữa ...)

- Đối với trẻ lứa tuổi mẫu giáo (3 – 6 tuổi): cùng với sự hoàn thiện dần về hệ tiêu hoá, cơ thể tổ chức bữa ăn cho trẻ với các loại thực phẩm phong phú hơn nhằm đảm bảo cung cấp các chất cần thiết cho cơ thể trẻ, giúp cho sự chế biến thức ăn đa dạng, tạo ra sự ngon miệng ở trẻ. Nhờ đó, cơ thể trẻ đạt được sự tăng trưởng và phát triển tốt.

2.3. Cơ sở xã hội của vệ sinh trẻ em

Vệ sinh trẻ em nhất thiết phải dựa trên các kết quả nghiên cứu về tâm lí học, giáo dục và các khoa học xã hội khác.

Việc chăm sóc sức khoẻ cho trẻ không những cần có các kiến thức về đặc điểm cấu tạo và chức năng hoạt động của các cơ quan trong cơ thể, mà còn phải hiểu được đặc điểm tâm lí của trẻ ở lứa tuổi này. Chúng ta biết rằng, các cơ quan trong cơ thể trẻ hoạt động thống nhất dưới sự điều khiển của hệ thần kinh, trong khi đó, những tác động về tâm lí lại có ảnh hưởng đáng kể đến hiệu quả hoạt động của nó. Do vậy, hiệu quả các hoạt động của trẻ sẽ thấp nếu việc tổ chức không phù hợp với đặc điểm tâm lí của trẻ (đặc biệt là trạng thái xúc cảm, tình

cảm ở trẻ). Ngược lại, hiệu quả hoạt động của trẻ sẽ cao nếu việc tổ chức các hoạt động phù hợp với đặc điểm tâm lí của trẻ, tạo ra sự hứng thú, phấn khởi ở trẻ, làm tích cực hoá và tăng cường hoạt động của các tế bào thần kinh. Trong trường hợp này, việc điều khiển của hệ thần kinh sẽ nhanh hơn, nhạy hơn, tiết kiệm hơn và hiệu quả hơn.

Những hiểu biết về tâm lý trẻ còn tạo điều kiện cho giáo viên có thể tổ chức các hoạt động giúp trẻ thích nghi dần với môi trường tự nhiên, xã hội xung quanh. Những ảnh hưởng xấu của môi trường bên ngoài sẽ giảm đi trong điều kiện trẻ em cảm thấy thoải mái, dễ chịu, hoạt động tích cực và tự nguyện. Ngược lại ảnh hưởng của môi trường sẽ tăng lên không thoải mái hay khó chịu, bị ép buộc và không tích cực tham gia vào các hoạt động nhằm củng cố sức khoẻ của chúng.

Quá trình giáo dục thói quen vệ sinh cho trẻ và việc tuyên truyền giáo dục vệ sinh cho phụ huynh ... cũng đòi hỏi các nhà giáo dục cần nắm được những kiến thức về giáo dục học như các quan điểm, nguyên tắc chung về giáo dục trẻ em, các phương pháp, phương tiện, điều kiện giáo dục trẻ....

Đối với trẻ mầm non, bên cạnh nhu cầu cần được yêu thương, chăm sóc và giúp đỡ từ phía người lớn, trẻ cũng cần có nhu cầu hiểu biết, khám phá, tham gia vào các hoạt động vừa sức để củng cố sức khoẻ của chúng như vệ sinh cá nhân, lao động trực nhật, lao động ngoài trời, rèn luyện sức khoẻ ... Nếu có được những kiến thức về giáo dục học, người lớn có thể tạo môi trường cho trẻ hoạt động, sử dụng các biện pháp giáo dục phù hợp, lôi cuốn trẻ tham gia tích cực vào các hoạt động ... tạo điều kiện cho trẻ tích lũy kinh nghiệm, hình thành kĩ năng và thái độ tích cực đối với việc chăm lo sức khoẻ cho bản thân.

Ngoài ra, vệ sinh trẻ em còn dựa trên thành tựu của các khoa học khác như y học, dịch tễ học ... những kiến thức này là cơ sở để vạch ra biện pháp phòng bệnh cho trẻ, tạo ra những điều kiện thuận lợi để bảo vệ và củng cố sức khoẻ của trẻ, đặc biệt là phòng chống những bệnh nhiễm khuẩn cũng như những sai lệch về chức năng ...