

## Nên để ý những gì?

Quý vị nên **luôn luôn** đi gặp bác sĩ hoặc nhân viên chăm sóc sức khỏe:

- nếu em bé của quý vị bị chảy máu hay bị bầm mà không rõ nguyên nhân - **điều này đặc biệt quan trọng nếu em bé của quý vị đã không được tiêm/uống vitamin K.**
- nếu, khi bé của quý vị được hơn ba tuần, có bất cứ dấu hiệu bị bệnh vàng da (màu vàng của da hoặc lòng trắng của mắt).

Trẻ sơ sinh bị vấn đề về gan đặc biệt có nguy cơ, ngay cả khi em bé đã được tiêm/uống vitamin K.

## Làm thế nào để cho con tôi nhận được vitamin K?

Trong khi đang mang thai, bác sĩ hoặc nữ hộ sinh của quý vị sẽ hỏi quý vị có muốn cho con quý vị uống hay tiêm/chích vitamin K hay không và họ sẽ sắp xếp cho quý vị.

Ngay sau khi sinh, em bé của quý vị sẽ được tiêm/chích một mũi vitamin K **hoặc** uống liều vitamin K đầu tiên. Bác sĩ hoặc nữ hộ sinh sẽ đảm nhận công việc này.

Nếu quý vị chọn cho em bé uống vitamin K:

- Có thể cho em bé uống **liều thứ hai** khi em bé của quý vị đã làm xét nghiệm dò tìm dành cho trẻ sơ sinh trong bệnh viện hoặc bác sĩ địa phương hay nhân viên chăm sóc sức khỏe cho làm xét nghiệm này.
- Quý vị cần phải nhớ **liều quan trọng thứ ba** khi em bé được từ 3 đến 4 tuần. Nếu quý vị cần có người giúp đỡ hay hướng dẫn, xin tiếp xúc với bác sĩ hoặc nhân viên chăm sóc sức khỏe.

Hãy bảo đảm rằng các liều vitamin K em bé đã uống đều được ghi lại trong hồ sơ sức khỏe cá nhân của bé.

Tài liệu này soạn thảo theo *Tài liệu tuyên bố chung và kiến nghị về việc cho trẻ sơ sinh uống/tiêm vitamin K để ngăn ngừa chứng chảy máu do thiếu vitamin K trong tuổi ấu thơ*, do Hội đồng Y tế và Nghiên cứu y khoa Quốc gia (National Health and Medical Research Council - NHMRC) tái phát hành vào tháng 10 năm 2010.

Muốn có *Tài liệu tuyên bố chung và kiến nghị về việc cho trẻ sơ sinh uống/tiêm vitamin K để ngăn ngừa chứng chảy máu do thiếu vitamin K trong tuổi ấu thơ*, xin vào trang mạng [www.nhmrc.gov.au/guidelines/publications/ch39](http://www.nhmrc.gov.au/guidelines/publications/ch39)

### Hỏi xin ấn phẩm do NHMRC phát hành

Quý vị có thể liên lạc với Ban Thư tín và Tiếp thị Toàn quốc (National Mailing and Marketing) để hỏi xin các tài liệu bản in do NHMRC phát hành:

National Mailing and Marketing

Gọi miễn phí: 1800 300 113

Điện thoại: (02) 6269 1080

Thư điện tử (email): [health@nationalmailing.com.au](mailto:health@nationalmailing.com.au)

### Muốn biết thêm thông tin về tài liệu này

NHMRC Publications

Gọi miễn phí: 1300 064 672

Điện thoại: (02) 6217 9000

Thư điện tử (email): [nhmrc.publications@nhmrc.gov.au](mailto:nhmrc.publications@nhmrc.gov.au)

NHMRC Ref CH38g  
Tái bản tháng 6 năm 2013



Australian Government  
National Health and  
Medical Research Council

# VITAMIN K

## dành cho trẻ sơ sinh

### Thông tin dành cho cha mẹ

Nếu muốn biết thêm thông tin, xin quý vị liên lạc với bác sĩ hoặc nhân viên chăm sóc sức khỏe



## Tại sao vitamin K lại quan trọng đối với con tôi?

Vitamin K giúp máu đông lại. Đây là yếu tố cần thiết để ngăn chặn trường hợp bị chảy máu nghiêm trọng.

Em bé không nhận đủ vitamin K từ mẹ trong thai kỳ hoặc trong thời gian bú mẹ. Nếu không có vitamin K, em bé có nguy cơ bị chứng rối loạn hiếm gặp gọi là chứng chảy máu do thiếu Vitamin K (Vitamin K Deficiency Bleeding), tiếng Anh viết tắt là VKDB.

VKDB có thể gây ra tình trạng bị chảy máu vào trong não và làm cho não bị hư hại hoặc thậm chí tử vong. Chúng ta có thể ngăn ngừa VKDB bằng cách tăng thêm vitamin K cho trẻ sơ sinh. Tới khoảng sáu tháng, cơ thể trẻ sơ sinh đã có thể tự cung cấp vitamin K.

## Tăng thêm vitamin K cho em bé bằng cách nào?

Cách tăng thêm vitamin K cho trẻ sơ sinh dễ nhất và đáng tin cậy nhất là bằng cách **tiêm/chích**. Chỉ cần tiêm/chích một mũi ngay sau khi sinh sẽ bảo vệ em bé trong nhiều tháng. Kể từ khoảng năm 1980, đa số trẻ sơ sinh tại Úc đều được tiêm/chích một mũi vitamin K.

Quý vị cũng có thể cho em bé **uống** Vitamin K. Quý vị cần phải cho em bé uống một vài liều thuốc mới đủ để bảo vệ em bé, vì cơ thể không dễ dàng hấp thu vitamin K uống vào và vitamin K uống vào không có tác dụng lâu dài.

Nếu quý vị chọn cho em bé uống vitamin K, em bé phải uống ba liều:

- Liều 1** lúc chào đời
- Liều 2** thường là 3-5 ngày sau khi sinh, và
- Liều 3** trong tuần thứ tư, nếu em bé hoàn toàn bú sữa mẹ. (Trẻ chủ yếu bú sữa hộp không cần uống liều thứ ba)

Nếu bé bị ói/nôn trong vòng một giờ sau khi uống vitamin K, em bé sẽ cần phải uống liều khác.

## Liệu tất cả trẻ sơ sinh đều có thể có vitamin K?

Tất cả trẻ sơ sinh đều cần phải có vitamin K. Em bé rất nhỏ hoặc sinh non có khi cần liều ít hơn - bác sĩ có thể cho quý vị biết về việc này.

Vitamin K loại uống không thích hợp cho một số trẻ sơ sinh:

- Em bé sinh non hay không khỏe nên được tiêm/chích vitamin. Có hai lý do chính cho việc này: khó đo lường liều lượng rất ít mà em bé cần uống, và các em bé này cũng thường khó cho ăn uống.
- Nếu quý vị chọn cho em bé uống vitamin K nhưng khi đến lúc uống liều vitamin K em bé lại không khỏe, thay vì uống em bé có thể cần phải được tiêm/chích vitamin K.
- Nếu, trong khi đang mang thai, quý vị uống thuốc động kinh, đông máu hoặc bệnh lao, quý vị nên báo cho bác sĩ hoặc nữ hộ sinh biết. Em bé của quý vị có khi không có khả năng hấp thu vitamin K uống vào, và thay vì uống, có khi em bé cần phải được tiêm/chích vitamin K.

## Vitamin K có bất kỳ tác dụng phụ nào không?

Trẻ sơ sinh tại Úc đã được cho uống/tiêm vitamin K trong 30 năm qua mà hình như không gây ra vấn đề gì hết.

Theo kết quả của một số nghiên cứu, vitamin K **tiêm/chích** có thể có liên hệ đến ung thư ở trẻ em, nhưng các nghiên cứu gần đây đã không tìm thấy bất kỳ mối liên hệ nào với bệnh ung thư. Hội đồng Y tế và Nghiên cứu y khoa Quốc gia (National Health and Medical Research Council) đã xem xét cẩn thận các nghiên cứu này và các bằng chứng khác và kết luận rằng vitamin K không có liên hệ đến ung thư ở trẻ em, dù là tiêm/chích hoặc uống.

## Con tôi có bắt buộc phải tiêm/uống vitamin K hay không?

Đây là sự lựa chọn của quý vị. Tuy nhiên, cho em bé sơ sinh tiêm/uống vitamin K là cách thức đơn giản để ngăn ngừa căn bệnh rất nghiêm trọng.

Cơ quan y tế tại Úc thiết tha đề nghị **tất cả** trẻ sơ sinh đều nên được cho tiêm/uống vitamin K, bao gồm cả em bé sinh non hoặc bị bệnh, và trẻ sơ sinh đã được giải phẫu (bao gồm cả cắt bao quy đầu).

Bác cha mẹ nào quyết định không cho em bé tiêm/uống vitamin K cần phải để ý rất cẩn thận về bất kỳ triệu chứng VKDB nào.

