



چگونه از کودک مبتلا به اسهال و استفراغ خود مراقبت کنیم

گروه هدف : والدین کودک



تهیه کنندگان : گروه آموزش به بیمار مرکز

با تایید دکتر علی اصغر حلیمی (متخصص اطفال)

بازبینی بهار ۱۴۰۳ - بازبینی مجدد دو سال بعد

دستهای آلوده شما مهمترین عامل انتقال
بیماری به دیگران می باشد پس در رعایت
بهداشت دستها دقت نمایید.
مادران عزیز دقت داشته باشید که افزایش
تعداد دفعات دفع از یک کودک به کودک دیگر
متفاوت است.

- نظرات و پیشنهادات خود را با ما در میان بگذارید
- آدرس سایت : پرتال بیمارستان شهداء تجریش.
 - آدرس پستی: تهران - م تجریش - خ شهرداری - بیمارستان شهداء تجریش.

منابع:

دکتر نسرین خسروی نلسون، ۲۰۲۲

Management of Gastroenteritis in children·dostic.com .
۲۰۱۸

مراقبت از پوست ناحیه اطراف مقعد چگونه باشد؟

بعد از هر بار دفع اسهالی ناحیه را با آب ولرم بشویید و خشک کنید.
استفاده از پماد ها در ناحیه اطراف مقعد به عنوان محافظ سطح پوستی هستند. پماد زینک اکسید برای استفاده توصیه می شود.

چگونه از گسترش بیماری جلوگیری کنیم؟

مواد آلوده به مدفوع کودک را به سرعت در دستشویی بریزید و پوشک را درون نایلون پیچیده و دور بریزید.
دستهای خود را بعد از تماس با مدفوع کودک با آب و صابون بشویید.

بعد از شستن دستها با آب و صابون و خشک کردن آنها می توانید از محلول های ضد عفونی کننده دست موجود در بخش استفاده نمایید.

مطمئن شوید غذا و آب خوردنی که استفاده می کنید با دستهای آلوده شما آلوده نشده اند.

چرا کودک نیاز به سرم یا دارو دارد؟

- به علت از دست دادن مایعات بدن برای جبران کم آبی و اینکه کودک دچار عوارض ناشی از کم آبی نشود برای کودک سرم درمانی شروع می شود.
- اگر عامل اسهال کودک عفونی باشد نیاز به دارو دارد.
- در صورت تب نیاز به تب بر و تن شویه دارد.

تغذیه در کودک مبتلا به اسهال و استفراغ

- محلول او آر اس را طبق نظر پزشک بعد از هر بار دفع اسهالی به کودک بدهید.
- اگر کودک شیر مادر می خورد تغذیه با شیر ادامه یابد.
- کودک را با کته، ماست، دوغ، هویج و سیب زمینی پخته، گوشت و مرغ پخته شده تغذیه کنید.
- نوشابه های گازدار، میوه به جز (موز، سیب پخته و هویج پخته)، آب میوه و سبزیجات را تا برطرف شدن اسهال به کودک ندهید.
- بعد از برطرف شدن بیماری، به مدت دو هفته روزی یک بار یا دو بار غذای اضافی به کودک دهید تا وزن او به حد طبیعی برگردد.

شروع تغذیه در کودک مبتلا به استفراغ

ابتدا با مایعات خنک مثل دوغ با قاشق مربا خوری به صورت قاشق قاشق شروع کنید و به تدریج در صورت نداشتن استفراغ مقدار آن را افزایش دهید.

چه زمانی کودک مبتلا به اسهال نیاز به بستری دارد؟

❖ در صورتی که کودک شما تب دارد یا به طور غیر طبیعی خواب آلود یا بی قرار است، گریه غیر طبیعی دارد و از شیر خوردن خودداری می کند.

- ❖ در استفراغ یا اسهال کودک شما خون وجود دارد.
- ❖ در صورتی که به علت استفراغ های مکرر کودک قادر به خوردن نمی باشد.
- ❖ در صورتیکه دفعات و حجم مدفوع زیاد باشد و کودک به دنبال آن دچار کم آبی شده باشد.

چه آزمایشاتی برای کودک مبتلا به اسهال و استفراغ انجام می شود؟

- آزمایش مدفوع جهت مشخص شدن عامل عفونت .
- آزمایشات خون جهت مشخص شدن عفونت و نیاز به دادن دارو به کودک.
- آزمایش ادرار از نظر عفونت ادراری، زیرا برخی از علایم اسهال استفراغ مربوط به عفونت ادراری در کودک می باشد.

اسهال و استفراغ عفونی چگونه ایجاد می شود؟

التهاب معده و روده است که باعث عفونت در اثر باکتری، ویروس یا انگل ایجاد می شود. این عفونت از راه مدفوع، دهانی، از طریق دستمال آلوده و یا آب و غذای آلوده ایجاد می شود.

اسهال

اسهال یعنی افزایش دفعات مدفوع بیشتر از سه بار در روز و با تغییر قوام (یعنی مدفوع آبکی) و افزایش مقدار مدفوع می باشد. ولی شیر خوارانی که از شیر مادر تغذیه می کنند ممکن است تا ۷ بار در ۲۴ ساعت دفع مدفوع آبکی داشته باشند که طبیعی است.

علایم کودک مبتلا به اسهال و استفراغ چیست؟

تهوع و استفراغ - تب - دل پیچه - اسهال - اسهال خونی و بی اشتها می باشد. همچنین علایم کم آبی مثل تشنگی، ولع به آب، کاهش اشک، خشک شدن آب دهان، بی قراری ، کم شدن ادرار کودک و شل شدن پوست کودک را می توان نام برد.