

مادر گرامی این پمفلت شامل اطلاعاتی در مورد بیماری فرزند شماست که رعایت آن ها به بهبودی وی کمک می کند. امیدواریم با رعایت نکات ذکر شده در آن فرزند شما سلامت خود را باز یابد.

گاستروآنتریت (اسهال و استفراغ) چیست؟

التهاب معده و روده را گویند که موجب اسهال و استفراغ و یا هر دو می شود و در کودکان شایع است.

اسهال و استفراغ معمولاً بیماری خفیفی است، اما گاهی اوقات به خصوص در شیرخواران خطرناک است.

اسهال چیست؟

افزایش در دفعات اجابت مزاج، افزایش مقدار مدفوع یا تغییر در قوام مدفوع را گویند.

استفراغ چیست؟

بازگشت مواد غذایی هضم نشده از معده را گویند.

علت گاستروآنتریت چیست؟

علت بیماری ممکن است ویروسی یا میکروبی باشد:

گاستروآنتریت ویروسی: دوره بیماری معمولاً کمتر از یک هفته است، کودک ممکن است استفراغ هم داشته باشد که گاهی با تب همراه است.

گاستروآنتریت میکروبی: طول مدت بیماری بیشتر است.

بیمار تب دارد، گاهی اسهال خونی دیده می شود و دردهای شکمی هنگام دفع وجود دارد.

Created with

 **nitro** PDF professional

download the free trial online at nitropdf.com/professional

علائم بیماری:

علائم شامل: اسهال، استفراغ، بی اشتها، درد شکم، ضعف و تب است. اگر کودک شما هریک از علائم زیر را داشت فوراً با پزشک تماس بگیرید:

درد شکم، عدم تحمل غذا، امتناع از نوشیدن، فرورفتگی

چشمها، خواب آلودگی غیرعادی، ادرار نکردن یا ادرار کردن به میزان کم، خشک بودن زبان، استفراغ، اسهال مکرر (به خصوص اگر آبکی باشد) و اسهال خونی سن کمتر از ۶ ماه.

درمان بیماری:

پزشک کودک شما را معاینه می کند و تصمیم می گیرد که درمان در منزل یا بیمارستان انجام شود. درمان در منزل معمولاً شامل: رعایت رژیم اسهالی با وعده های غذایی بیشتر در فواصل کمتر (شیر مادر، سوپ، کته ماست، موز، سیب، مایعات غیر شیرین) تهیه محلول ORS (طبق دستور پزشک) و مصرف داروهای تجویز شده خوراکی با توجه به سن و شرایط کودک می باشد. درمان در بیمارستان معمولاً شامل: اجرای موارد بالا به علاوه سرم درمانی، آنتی بیوتیک درمانی، انجام آزمایشات تشخیصی (مدفوع، ادرار، خون) با نظر پزشک می باشد.

استفاده از روش های کاهش اضطراب و استرس برای تسلط بر خود در روند بهبودی کودکان بسیار موثر خواهد بود.

در هنگام اسهال توصیه می شود:

- در صورتی که کودک شیرخوار است تعداد دفعات شیردهی را افزایش دهید.

- به کودک غذاهای آبکی مانند سوپ و آش بدهید.

- برای جبران آب از دست رفته کودک به وی مایعات بدهید علاوه بر غذاهای آبکی، غذاهای دیگری مانند کته نرم و گوشت ماهیچه یا مرغ بدهید. به کودک غذاهای پتاسیم دار مانند موز، اسفناج و سیب زمینی بدهید.

- دادن نوشیدنی های صنعتی مانند نوشابه و ساندیس به دلیل بدتر نمودن اسهال **ممنوع** می باشد.

یادآوری: در حین اسهال دفع اجابت مزاج افزایش یافته و به دنبال آن دفع آب و پتاسیم و سدیم بدن نیز افزایش می یابد. بنابراین برای جلوگیری از خطر کم آبی و مرگ کودکان باید سریعاً دریافت آب و غذا را در کودک بیشتر کنیم. برخی تصور می کنند که غذا خوردن برای کودک مبتلا به اسهال ضرر دارد. در صورتیکه اگر غذا به مقدار کم و در دفعات زیاد به کودک داده شود، به هر حال مقداری از آن جذب بدن می شود و کم کم دفعات اجابت مزاج او کم می شود. دادن غذا باعث می شود که کودک سریعاً بهبود پیدا کند.

در کودکان بزرگتر از ۶ ماه: باید غذاهایی مانند تخم مرغ و ماست و غلات و سایر غذاهای نشاسته ای و گوشت، ماهی، حبوبات و سبزیجات داده شود و باید با هر وعده غذای کودک یک قاشق مربا خوری روغن گیاهی مایع اضافه شود و کودک را به خوردن حداقل ۶ وعده غذا در روز تشویق کرد.

غذای کودک باید تازه و خوب پخته شده باشد. مخلوط شیر و مواد غذایی در بچه های بالاتر از ۶ ماه بهتر از شیر به تنهایی تحمل می شود.

کودک نسبت به ویروس خاصی که باعث بیماری شده، مصونیت می یابد. دادن شیر به شیرخوار، خود مهمترین عامل کاهش ابتلا به اسهال در شیرخواران است.



بیمارستان ثامن الائمه (ع) چناران

واحد آموزش سلامت

گاستروانتریت



کد سند: HS/F71

تاریخ تدوین

۱۳۹۷/۰۸/۰۲

شماره بازنگری: ۰۱

عنوان سند:

پمفلت آموزشی ویژه بیماران

رعایت بهداشت فردی :

۱. دستهای خود و کودکان را با آب و صابون بشوید: قبل از دادن شیر یا شروع تهیه غذا، پس از مصرف غذا، قبل و بعد از اجابت مزاج .

۲. میوه و سبزیجات را ضدعفونی شده مصرف نمایید.

۳. از دست فروشان و فروشندهگان دوره گرد، خوراکی تهیه نفرمایید.

۴. غذای پخته شده را فوراً میل نمایید:

هر چه فاصله زمانی بین پخت غذا و مصرف آن کمتر باشد احتمال آلودگی کمتر است .

۵. از آب آشامیدنی سالم استفاده کنید، حتی المقدور از مصرف یخ تهیه شده در خارج از منزل خودداری کنید.

۶. اگر در مناطقی زندگی می کنید که دسترسی به آب

آشامیدنی تصفیه شده و لوله کشی شده وجود ندارد، حتماً قبل از مصرف آب را یک دقیقه بجوشانید. هنگام مسافرت و بیرون رفتن به قصد تفریح و... حتی الامکان از بطری های آب پلمپ شده استاندارد استفاده نمایید .

منابع: - کتاب پرستاری کودکان مارلو

برای اطلاعات بیشتر می توانید با شماره بیمارستان

ثامن الائمه (ع) چناران ۰۵۱۴۶۱۲۳۰۰۱

داخلی ۱۰۵ و ۱۳۳ تماس بگیرید

طرز تهیه محلول آ-آر-اس :

پس از شستن دست ها تمام یک بسته پودر آ-آر-اس را داخل یک ظرف تمیز بریزید ، چهار لیوان آب آشامیدنی سالم تصفیه شده و یا جوشیده را به آن اضافه کنید. محلول را خوب به هم بزنید تا پودر کاملاً در آب حل شود. درمان جایگزین باید به آرامی در بچه ها و شیر خوران شروع شود . به خصوص وقتی دچار کم آبی هستند. دادن مایعات را می توان با قطره چکان، قاشق چای خوری و یا سرنگ به صورت کم و هر بار ۵ سی سی شروع نمود.



پیشگیری بیماری:

- پیشگیری از گسترش اسهال و استفراغ میکروبی آسان تر است. مثلاً ظروف تغذیه کودک و نیز اسباب بازی های او را قبل از استفاده شستشو و ضد عفونی کنید .

سعی کنید همه اعضای خانواده بهداشت شخصی خود را دقیقاً رعایت کنند .

- غذاها را در دمای مناسب نگهداری کنید. اگر به کودک تخم مرغ می دهید آن را ۶ دقیقه بجوشانید تا کاملاً سفت شود و مرغ را خوب بپزیدید.