



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی آذربایجان

بیمارستان امام خمینی (ره) شهرستان نقده

اسهال و استفراغ در کودکان

ویژه والدین



واحد آموزش سلامت

بهار ۱۴۰۴

تاییدکننده: کارگروه آموزش به بیمار بخش اطفال

کد سند: ۱۰۰۰۰/Pat Edu Pam/MN-EH

علائم هشدار دهنده که باید به پزشک اطلاع داد :

- کاهش ادرار
- عدم تحمل مواد خوراکی و استفراغ مکرر
- چشمان نیمه بسته
- اشک یا بزاق کمتر از حد معمول
- افزایش خواب آلودگی یا بی قراری
- تب (تب بالای ۳ درجه یا بیشتر در کودکان سه ماهه کوچکتر هستند و تب ۳۹ درجه یا بالاتر در کودکان بزرگتر)
- کودکان که کوچکتر از ۶ ماه سن دارند یا وزنی کمتر از ۸ کیلوگرم دارند و دچار اسهال خونی باشد.

منبع:

تاب راهنمای بالینی پرستاری کودکان

ارتباط با ما و پاسخگویی به سوالات

شماره تماس: ۰۴۴۳۵۶۶۱۸۲۰۰

شماره داخلی: ۱۴۴۶

جهت دسترسی به محتوای فایل و فیلم آموزشی می توانید بارکدهای زیر را با تلفن همراه خود اسکن نمایید.



نکاتی که در زمان ابتلای کودک به اسهال و استفراغ باید رعایت شود:

- سطوحی که کودک با آن در ارتباط است یا آن را لمس می کند تمیز نگه دارید.
- دستهای خود و کودکان را مکرراً بشویید (قبل از دادن شیر یا تهیه غذا و بعد از مصرف غذا و بعد از اجابت مزاج).
- تخت و تشک کودک در هنگام بستری یا در منزل جهت جلوگیری از انتشار عفونت ضد عفونی شود.
- اسهال عفونی می تواند تا چند هفته مسری باشد.
- از پوشک یک بار مصرف استفاده شود و محکم بسته شود تا مدفوع به اطراف پخش نشود.
- کنترل تب به طور صحیح انجام شود.
- مراقبت از پوست اطراف باسن بسیار لازم است و باید بعد از هر بار دفع شسته شود واز پماد طبق دستور پزشک برای محافظت پوست استفاده شود.
- اگر پوست قرمز باشد در معرض هوا خشک شود و نباید پوست دارای زخم با موادی مثل الکل تمیز شود.
- از تجویز ضد اسهال برای کودک خودداری کنید (ممنوع)
- از مصرف غذاهای بیرون اجتناب کنید غذاهای آماده به خصوص سوسیس و ساندویچ زیاد به بچه ها داده نشود.
- اگر به آلودگی آب مشکوک شدید آب را ۱۰ تا ۱۵ دقیقه بجوشانید.
- غذا باید تازه تهیه شود و غذای بچه ها را بیرون از یخچال نگهداری نکنید.
- داروهای تجویزی را در منزل منظم مصرف نمایید.

گاستروآنتریت:

همان اسهال واستفراغ است که عامل ایجاد آن میکروب ها، غذاهای مسموم یا مصرف آب ناسالم است. اسهال به مدفوع شل و آبکی که در طول روز سه یا چندبار اتفاق می افتد گویند.

علائم شایع بیماری :

- تهوع واستفراغ
 - بی اشتها
 - تب
 - ضعف
 - دل پیچه، دردی حساس بودن شکم هنگام لمس
 - کم آبی
- در اثر اسهال واستفراغی که در این بیماری ایجاد می شود مایعات ومواد شیمیایی بدن که به نام الکترولیت خوانده می شود از دست می رود.
- اگر کودک مایعات والکترولیت های زیادی از دست بدهد ممکن است دچار کم آبی شود واگر این کم آبی درمان نشود بسیار خطرناک است.

علائم کم آبی در کودکان :

- کاهش ادرار
- تیره شدن رنگ ادرار
- خستگی وبی حالی
- خشکی زبان
- کاهش اشک
- عطش شدید به آب

گاستروآنتریت چگونه درمان می شود؟

- زمانی که کودک دچار اسهال می شود به همراه دفع مدفوع شل مقدار زیادی مایعات واملاح از بدن او دفع می شود بنابراین مصرف مایعات بسیار مهم است.
- باید به کودک محلول های خوراکی یا او آر اس بدهید تا میزان مایعات والکترولیت های از دست رفته جبران شود.
- اگر کودک شیرخوار است، (شیرمادر یا شیرخشک) به شیردهی ادامه دهید واگر غذا میخورد بعد از دریافت او آر اس به او غذا بدهید.
- در نوزادان محلول او آر اس، باید طبق نظر پزشک به نوزاد داده شود .
- بدلیل نخوردن او آر اس توسط کودک، به آن قند اضافه کنید.
- از دادن آب میوه صنعتی، نوشابه، آب نبات، سبزیجات، مواد قندی مانند شیرینی جات، شکلات، بیسکویت وآجیل در دوره بیماری خودداری کنید.
- مصرف فراورده های پروبیوتیک مانند ماست پروبیوتیک ونیز فراورده های زینک(روی) در درمان اسهال موثر می باشد.

روش تهیه محلول او آر اس :

برای تهیه محلول او آر اس هر بسته را در چهار لیوان آب مخلوط ودر یخچال نگهداری کنید.

برای تهیه او آر اس از آب تصفیه شده یا جوشیده سرد شده استفاده کنید واز مخلوط کردن پودر او آر اس با هر ماده دیگری مانند دوغ یا اضافه کردن قند به آن خودداری کنید.

محلول او آر اس باید بلافاصله بعد از تهیه مصرف شود وتا ۲۴ ساعت در یخچال قابل نگهداری است وبعد از باید دور ریخته شود.

میزان استفاده از ORS چقدر باشد؟

معمولا برای هر بار دفع مدفوع اسهالی به ازای هر کیلوگرم وزن بدن کودک ۱۰ سی سی از محلول او.آر.اس به کودک داده می شود.

به عنوان مثال اگر کودک شما ۱۰ کیلو می باشد، به ازای هر نوبت اجابت مزاج ۱۰۰ سی سی معادل نصف لیوان، جرعه جرعه به آرامی ویا بوسیله سرنگ به کودک او.آر.اس خورانده شود.

روش خوراندن او.آر.اس به این صورت است که با سرنگ بدون سرسوزن، یک سی سی از محلول را به کودک خورانده ۵، دقیقه صبر کرده ودر صورت استفراغ نکردن یک سی سی دیگر به او داده شود وبتدریج فاصله زمانی خوراندن او.آر.اس کم شود.

چنانچه کودک همزمان با اسهال، استفراغ هم دارد باید او.آر.اس را درحجم کم وفواصل مکرر به او داد.

حتما همزمان با مصرف او.آر.اس آب هم به کودکان داده شود وهمزمان شیرمادر ادامه یابد.

