

اسهال و استفراغ در کودکان ویژه والدین



کارگروه آموزش به بیمار بخش اطفال

کد سند: Bh-Mn / pat edu pam / doc-04 / 05

بازنگری: ۱۴۰۳

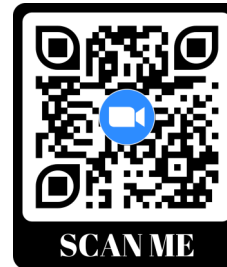
دفعات بازنگری: ۵

www.bohlool.gmu.ac.ir

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 بیقراری
 - تب (تب بالای ۳۸ درجه یا بیشتر در کودکانی که سه ماهه کوچکتر هستند و تب ۳۹ درجه یا بالاتر در کودکان بزرگتر)
 - کودکانی که کوچکتر از ۶ ماه سن دارند یا وزنی کمتر از ۸ کیلوگرم دارند و دچار اسهال خونی باشد.
- منبع: کتاب راهنمای بالینی پرستاری کودکان

جهت دریافت فایل و فیلم آموزشی بارکدهای زیر را با تلفن همراه خود اسکن نمایید و به آدرس مربوطه وارد شوید.



تلفن: ۰۵۱۵۷۲۳۶۸۳۵ داخلی: ۱۱۹۹

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 را تمیز نگه دارید.
- دست های خود و کودکان را مکرراً بشوید (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 و از پماد طبق دستور پزشک برای محافظت پوست استفاده شود.
- اگر پوست قرمز شد در معرض هوا خشک شود و نباید پوست دارای زخم با موادی مثل الکل تمیز شود.
- از تجویز داروی های 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 تجویز شده را در منزل ، منظم مصرف نمایید.

گاستروانتریت :

همان اسهال و استفراغ 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 چند بار اتفاق می افتد گویند.

علائم شایع بیماری:

- تهوع و استفراغ
 - بی اشتها
 - تب
 - ضعف
 - دل پیچه ، درد، یا حساس بودن شکم هنگام لمس
 - کم آبی
- در اثر اسهال و استفراغی که در این بیماری ایجاد می شود، مایعات و مواد شیمیایی بدن که به نام الکترولیت ها خوانده می شود از دست می رود.
- اگر کودک مایعات و الکترولیت های زیادی از دست بدهد، ممکن است دچار کم آبی شود و اگر این کم آبی درمان نشود، بسیار خطرناک است.

علائم کم آبی در کودکان:

- ← کاهش ادرار
- ← تیره شدن رنگ ادرار
- ← خستگی و بی حالی
- ← خشکی زبان
- ← کاهش اشک
- ← عطش شدید به آب

گاستروانتریت چگونه درمان می شود؟

* زمانی که کودک دچار اسهال می شود به همراه دفع مدفوع شل مقدار زیادی مایعات و املاح 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 و الکترولیت های از دست رفته جبران شود.

* اگر کودک شیرخوار است، (شیر مادر یا شیر خشک) به شیردهی ادامه دهید و اگر غذا می خورد بعد از دریافت او آر اس به او غذا بدهید.

* در نوزادان، محلول او آر اس، باید طبق نظر پزشک به نوزاد داده شود.

* به دلیل نخوردن او آر اس توسط کودک، به آن قند اضافه نکنید.

* از دادن آب میوه صنعتی، نوشابه، آب نبات، سبزیجات، مواد قندی مانند شیرینی جات، شکلات، بیسکویت و آجیل در دوره بیماری خودداری کنید.

* مصرف فرآورده های پروبیوتیک مانند ماست پروبیوتیک و نیز فرآورده 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 و در یخچال نگهداری کنید.

* برای تهیه او آر اس از آب تصفیه شده یا جوشیده سرد شده استفاده کنید و از 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 و تا ۲۴ ساعت در یخچال قابل نگهداری است و بعد از آن باید دور ریخته شود.

میزان استفاده از ORS چقدر باشد؟

معمولاً 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 ازاء هر نوبت اجابت مزاج ۱۰۰ سی سی معادل نصف لیوان، جرعه جرعه و به آرامی و یا به وسیله 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 و در صورت استفراغ نکردن یک سی سی دیگر به او داده شود و به تدریج، فاصله زمانی خوراندن او آر اس کم شود.

چنانچه کودک همزمان با اسهال، استفراغ هم دارد باید او آر اس را در حجم کم و فواصل مکرر به او داد.

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