

بیمارستان امام خمینی (ره) آباد

در برخورد با کودک مبتلا به اسهال و استفراغ چه باید کرد؟

چه مقداری دفع مدفوع را اسهال می گوئیم.



اسهال مشکلی است که در اثر عوامل ویروسی ایجاد میشود در سنین کودکی افزایش دفعات و افزایش میزان آب مدفوع برای تعریف اسهال مهم است. در اسهال، مدفوع شل و آبکی تر و تعداد دفعات نسبت به به قبل، زیاد تر شده است. اگر مدفوع کودک گاه و بیگاه شل باشد نگرانی ندارد ولی اگر حرکات معده ای روده ای ناگهان تغییر کند یعنی بیش از حد طبیعی دفع مدفوع داشته باشد اسهال گفته میشود.

بی توجهی به اسهال و استفراغ چه عوارضی برای بچه ها دارد؟

مهم ترین عارضه، اسهال و استفراغ، کم آبی بدن و اختلالات الکترولیتی است. حتی با اسهال خفیف هم مقدار زیادی مایع از بدن بیمار دفع می شود. کم آبی درجات مختلفی دارد که درجه پایین آن می تواند قابل تحمل باشد، اما درجه های متوسط و شدید آن خطرناک است و مهم ترین علل مرگ و میر و ناتوانی بچه هاست.

علایم کم آبی که باید به آن توجه کرد و فوراً به مرکز درمانی مراجعه کرد:

- ✓ ملاح فرورفته
- ✓ چشم های گود افتاده
- ✓ گریه بدون اشک
- ✓ کم شدن دفع ادرار
- ✓ خشکی دهان
- ✓ در کودک مبتلا به اسهال، هیچ چیز به اندازه مایعات از دست رفته، اهمیت ندارد.
- ✓ درمان این مشکل از طریق، جبران مایعات از دست رفته می باشد. منظور بیشتر دریافت مایعات خوراکی است تا تزریقی. مگر در کودکی که خیلی بدحال باشد که باید از سرم تزریقی استفاده کرد.
- ✓ اسهال و استفراغ غیر از اختلال آب و املاح چه عوارض دیگری دارد؟
- ✓ اگر اسهال حاد درمان نشود در مدت کوتاهی وزن کودک کاهش می یابد که جبران آن سخت است. از سویی دیگر، اسهال سبب بی اشتها می گردد که این خود سوء تغذیه را در پی دارد و باعث بدتر شدن اسهال می شود.
- ✓ اسهال و سوء تغذیه یک چرخه هستند، پس در اسهال نباید تغذیه را قطع کرد و تا مدتی بعد از اسهال باید یک وعده به تغذیه کودک اضافه کرد و از غذاهای کالری دار استفاده نمود نه فقط تغذیه کودک، کته و ماست باشد.

پزشک چه اقداماتی انجام خواهد داد؟

احتمالاً پودر (او.آر.اس) را تجویز خواهد کرد این پودر شامل قند و مواد معدنی ضروری می باشد که از راه اسهال و استفراغ از بدن کودک دفع شده است. اگر کودک شما بدحال باشد، پزشک برای جبران مایعات از دست رفته و تزریق سرم، کودک را در بیمارستان بستری خواهد کرد.

شما چه کمکی می توانید بکنید؟

- ✓ در کنار کودکان بمانید درباره رعایت نکات بهداشتی دقت و حساسیت داشته باشید.
- ✓ چنانچه کودک شما از شیر خشک استفاده می کند، تمام وسایل او را ضدعفونی کرده و قبل و بعد از هر بار تعویض پوشک، دست های خود را بشویید.
- ✓ از دادن نوشیدنی های ترش به کودک اجتناب کنید چون ممکن است معده کودک را بیشتر تحریک کند. در زمان اسهال از آبمیوه های تجاری پرهیز کنید.
- ✓ از دادن آبمیوه های شیرین، نوشابه، چای و نوشیدنی های کافئین دار اجتناب کنید. چون باعث بدتر شدن اسهال می شود.
- ✓ شیر خشک بیمار را بدون تجویز پزشک تغییر ندهید.
- ✓ از دادن آنتی بیوتیک بدون تجویز پزشک خودداری کنید.
- ✓ هرگز شیر مادر را قطع نکنید. الرژی به شیر مادر نادر است ولی در صورت تشدید اسهال از دادن شیر مادر خودداری شود.
- ✓ اگر کودک استفراغ دارد تا چند ساعت به او چیزی ندهید و سپس مایعات (آب) در حجم کم به کودک دهید. چنانچه استفراغ نکرد مایعات و سپس تغذیه کودک را از سر بگیرید

برای پیشگیری رعایت موارد زیر ضروری است:

- دست ها را بعد از توالت و قبل از خوردن غذا بشویید.
- به کودک خود آب جوشیده بدهید و میوه ها و سبزیجات را قبل از استفاده ضدعفونی کنید.
- در تمامی مراحل تهیه غذا (از خرید تا پخت غذا) نکات بهداشتی را رعایت کنید.
- حیوانات می توانند عامل انتقال میکروب ها باشند. در صورت دست زدن به آنها یا قفسه هایشان دستان خود را بشویید.



تهیه کننده: طیبه عرب شیبانی کارشناس پرستاری

منبع: کتاب برونر سوارث 2018

واحد آموزش سلامت بیمارستان امام خمینی (ره) آبنده 1403