

## گاستروآنتریت (اسهال و استفراغ) چیست؟

التهاب معده و روده را گویند که موجب اسهال و استفراغ یا هر دو میشود و در کودکان شایع است. اسهال و استفراغ معمولا 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 اسهال و استفراغ چیست؟

علت بیماری ممکن است ویروسی یا میکروبی باشد.

**گاستروآنتریت ویروسی:** دوره بیماری معمولا 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 میشود و دردهای شکمی هنگام دفع وجود دارد.

## علائم بیماری

علائم بیماری شامل: اسهال، استفراغ، بی اشتهائی، درد شکم، ضعف و تب است اگر کودک شما هر یک از علائم زیر را داشت فوراً با پزشک تماس بگیرید

- دردشکم
- عدم تحمل غذا
- فرورفتگی چشمها
- عدم خوردن مایعات
- ادرار نکردن یا ادرار کردن به میزان کم
- خشک بودن زبان
- استفراغ
- اسهال مکرر (به خصوص اگر آبکی باشد)
- اسهال خونی

## درمان بیماری

پزشک کودک شما را معاینه میکند و تصمیم میگیرد که درمان در منزل یا بیمارستان انجام شود

### درمان در منزل شامل:

- رعایت رژیم اسهالی با وعده های غذایی بیشتر در فواصل کمتر (شیرمادر، سوپ، کته ماست، موز، سیب، مایعات غیر شیرین)
- تهیه محلول او آر اس (طبق دستور پزشک) و مصرف داروهای تجویز شده خوراکی با توجه به سن و شرایط کودک می باشد

## درمان در بیمارستان شامل:

- اجرای موارد بالا به علاوه سرم درمانی، آنتی بیوتیک درمانی
- انجام آزمایشات تشخیصی (مدفوع، ادرار، خون) با نظر پزشک میباشد

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

### پیشگیری بیماری:

- ✓ پیشگیری از گسترش اسهال و استفراغ میکروبی آسانتر است. مثلاً ظروف تغذیه کودک و نیز اسباب بازیهای 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 6 دقیقه بجوشانید تا کاملاً سفت شود و مرغ را خوب بپزید.
- ✓ نمیتوان از آلوده شدن کودک به ویروسهای ایجاد کننده اسهال و استفراغ پیشگیری کرد اما پس از آلودگی کودک نسبت به ویروس خاصی که باعث بیماری شده مصونیت می یابد.

✚ **دادن شیرمادر به شیرخوار، خود**

**مهمترین عامل کاهش ابتلا به اسهال**

**در شیرخواران است.**



دانشگاه علوم پزشکی و  
خدمات بهداشتی درمانی آذربایجان غربی

بیمارستان مهر شهرستان تکاب

آموزش به بیمار مبتلا  
به اسهال و استفراغ

مورد تایید سرپرست علمی بخش

آدرس: بلوار چملی - جنب پمپ بنزین موسوی -

بیمارستان مهر



Email: tekab\_amoresh.umsu.ac.ir

واحد آموزش سلامت

در صورت داشتن مشکل لطفاً با تلفن  
۴۵۵۲۸۸۱۶ و داخلی ۱۲۶ سوپروایزر آموزش  
سلامت تماس بگیرید

بازنگری بهار ۱۴۰۳

4

**مهمترین نکته آموزش** در کودک مبتلا به اسهال و استفراغ بهداشت دستها است که باید قبل از دادن غذا به کودک و بعد از آوردن کودک از دستشویی توسط والدین رعایت شود حتی والدین باید کودک را نیز تشویق به شستن دستها کنند تا از انتقال بیماری جلوگیری کنند. دفع بهداشتی پوشک شیرخوار نیز باید از سوی والدین رعایت شود.

- در مرحله حاد توصیه شود کودک در بستر استراحت کند.
- مصرف مایعات از راه دهان باید هر چه سریعتر با محلول او آر اس آغاز شود.
- پودر او آر اس در داروخانه موجود است و در دسترس است.

هر بسته از پودر در یک لیتر آب جوشیده سرد (4 لیوان) حل شود و در یخچال نگهداری شود و هر 24 ساعت محلول جدید تهیه شود و محلول قبلی دور انداخته شود.



5

در کودکانی که با شیر مادر تغذیه میشوند باید شیر مادر ادامه یابد و کودکانی که از شیر خشک تغذیه میشوند باید شیر خشک با همان غلظت قبلی ادامه یابد.

- توصیه میشود ناحیه اطراف مقعد بعد از هر بار اجابت مزاج با آب گرم شسته و خشک شود و در صورت نیاز با لوسیون مرطوب کننده چرب شود.
- شیر خوار روزانه وزن شود.
- از مواد غذایی تازه و بهداشتی برای درست کردن غذای کودک استفاده شود.
- در کودک مبتلا به اسهال تا یک هفته کم کم به وعده های غذایی کودک افزوده شود.

**در صورت بروز هر یک از موارد زیر در اسهال و استفراغ به پزشک خود اطلاع دهید:**

سن کمتر از شش ماه \_ تب \_ اسهال دارای خون \_ دل درد و علائم کم آبی \_ بیقراری \_ عدم توانایی کودک در خوردن \_ حجم زیاد اسهال \_ کودک سوء تغذیه و دارای اختلال رشد \_ تشدید اسهال و استفراغ و خصوصاً اگر اسهال در حال بهبودی است و به طور ناگهانی دچار دفع خون خالص از مدفوع شود.

منبع: پرستاری کودکان ونگ ترجمه: پوران سامی - محمود بدیعی -  
فاطمه احمدی - دکتر علی اکبر ولادتی