



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی، درمانی ایران



بیمارستان امام سجاد(ع) شهریار
شماره تلفن بیمارستان ۶۵۲۲۶۰۴۳
واحد آموزش سلامت
باز نگری دیماه ۱۴۰۱

پزشک تایید کننده : دکتر سیدرضا
سهروردی متخصص کودکان

سایت بیمارستان
www.hospes.iums.ac.ir

اسهال چیست:

اسهال یکی از شایعترین بیماری‌های دوران کودکی است. در اسهال مدفوع شل و آبکی شده و تعداد دفعات آن نسبت به قبل بیشتر می‌شود. مهمترین عارضه آن کم آب شدن بدن کودک و اختلالات الکترولیتی است؛ و حتی در صورت عدم درمان به موقع منجر به مرگ می‌گردد. بنابراین به محض شروع اسهال فوراً کودک را به مراکز درمانی ببرید.

علائم اسهال:

فرورفتن ملاحظ در شیرخوران، کاهش وزن و سوءتغذیه، بی‌حالی، گودافتادن چشم‌ها، خشکی دهان، کم شدن اشتها، کم شدن ادرار، بی‌اشتهایی، دل پیچه و دفع مداوم مدفوع شل و آبکی.

علامت های خطر را بشناسید:

استفراغ مکرر، بی حالی، بی قراری شدید، تنفس تند، تب بالا، کاهش ادرار و نبود اشک از علائم خطرناکی هستند که حتماً باید فوری به پزشک مراجعه نمایید. اگر کودک شما دل پیچه دارد و خون و بلغم (تکه های سفید) در مدفوع او می بینید آن را جدی گرفته و به پزشک مراجعه کنید.

اغلب موارد اسهال از نوع ویروسی است. اگر اسهال میکروبی و یا انگلی باشد باید خیلی مراقب باشید ، چون غیر از عارضه کم آبی، ممکن است تب و یا با وجود خون در مدفوع نیز همراه باشد.

آموزش های لازم برای مراقبت در منزل :

* جهت درمان اسهال کودک خود حتماً به پزشک

مراجعه نمائید. برای جلوگیری از کم آبی از پودر ORS استفاده کنید.

* یک بسته پودر ORS را در یک لیتر آب جوشیده سرد شده (تقریباً ۴ لیوان) حل نمایید و به میزان توصیه شده توسط پزشک با قاشق یا فنجان به کودک خود بنوشانید. نکته: میزان محلول ORS تقریباً معادل میزان دفع مدفوع کودک می باشد.

بنابراین هرچه اسهال کودک شدیدتر باشد شما باید به میزان بیشتری ORS به کودک خود بخورانید. اگر کودک تمایلی به خوردن آن ندارد هرچند دقیقه یک قاشق به او بدهید.

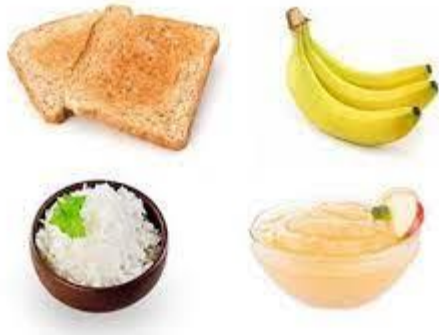


*در صورتی که کودک شیرخوار است شیر مادر را قطع نکنید. مایعات شیرین نباید استفاده شود، زیرا باعث تشدید اسهال می شود. به جای آن می توانید دوغ و ماست به کودک بدهید.

*اگر کودک مایعات را تحمل نمود غذاهای سبک مانند سوپ ، ماست و غذاهای بدون چربی شروع شود. * در صورت استفراغ مایعات بتدریج با حجم کم و دفعات بیشتر داده شود.

*در صورت تحمل غذاهای نرم مانند برنج، تخم مرغ ، سیب زمینی پخته شده،سیب و موز به کودک بدهید.

* پرهیز از خوردن غذاهای پرادویه، سس-ها، سبزیجات و میوه خام.



منبع: کتاب کودکان ونگ ۲۰۱۹

