

اسهال چیست؟

اسهال زمانی اتفاق می افتد که مدفوع کودک بیش از حد آبی باشد. معمولاً تعداد دفعات اجابت مزاج در اسهال افزایش می یابد. دفع مکرر مدفوع طبیعی اسهال نیست دفعات مدفوع در هر روز بستگی به رژیم غذایی و سن کودک دارد در بسیاری از مناطق دفع 3 بار یا بیشتر مدفوع آبی را در روز اسهال می نامند. کودکان شیر مادر خوار به طور طبیعی در ماه های اولیه زندگی دفع بیش از 3 بار مدفوع شل دارند که اسهال نیست. اسهال باعث کم آبی و سوء تغذیه در کودکان می شود. مرگ کودک مبتلا به اسهال حاد (کمتر از 14 روز) معمولاً به دلیل کم آبی اتفاق می افتد.

نشانه های کم آبی در کودکان:



زمانی که کودک دچار کم آبی می شود احساس تشنگی کرده و با ولع آب می نوشد ولی اگر کم آبی ادامه پیدا کند دچار بی قراری و تحریک پذیری می شود و اگر درمان نشود کودک بی حال و خواب آلوده شده و در نهایت دچار کاهش سطح هوشیاری می شود. کودک زمانی تحریک پذیر و بی قرار است که هر گاه به او دست زده شود واکنش غیرطبیعی نشان دهد یا با کوچکترین سر و صدا از جا بپرد، در بغل مادر آرام نگیرد و اگر هنگام تغذیه آرام شود، بعد از آن دوباره بی قرار شود. کودک زمانی خواب آلودگی غیرعادی دارد که وقتی باید بیدار و هوشیار باشد گیج است. به مادر نگاه نمی کند و وقتی با او صحبت می کنید به صورت شما نگاه نمی کند.

کودکی کاهش هوشیاری دارد که وقتی مادرش برایش کف می زند بیدار نمی شود و اگر بیدارش کنید سریعاً به خواب می رود حتی کودکان کم سن هم باید به صداها عکس العمل نشان دهند در این فاصله چشم های کودک گود و فرورفته به نظر می رسد. وقتی پوست شکم او را در فاصله ناف تا پهلو، به کمک شست و انگشت اول (نه با نوک انگشت) نیشگون بگیرند و رها کنند پوست به آهستگی به حالت اول باز می گردد. اشک کودک و ادرار وی کم می شود و دهان و زبان وی خشک می گردد. وجود هریک از علائم فوق در کودک نشانه کم آبی است.



توجه داشته باشید:

کودکی که فقط تشنه است و به وضوح درخواست آب می کند و آن را با ولع می نوشد علائم کم آبی خفیف را دارد و دچار اولین علامت کم آبی شده و برای درمان وی حتماً باید به مرکز درمانی مراجعه شود.

علائم کم آبی متوسط تا شدید در اسهال:

وجود هریک از علائم نشان داده شده در شکل زنگ خطر است و کودک باید هرچه سریعتر به مرکز درمانی برده شود، ملاج قدامی فرورفته شده،

اشک چشم کم می شود (گریه بدون اشک)، چشم ها و گونه ها فرورفته شده، زبان و داخل دهان خشک می شود، پوست به آهستگی به حالت اولیه بر می گردد.

درمان اسهال در منزل

اگر کودک هیچ یک از علائم فوق را نداشت اسهال ساده دارد و می توانید درمان اسهال را در منزل انجام دهید 3 قانون درمان در منزل را به خاطر بسپارید:

- 1- دادن مایعات اضافی
- 2- ادامه تغذیه
- 3- مراجعه مجدد

دادن مایعات اضافی:

اگر کودک شیر مادرخوار است وی را مرتب با شیر خود تغذیه کنید و به او آب سالم و محلول او-آر-اس بدهید. اگر کودک شیر مصنوعی خوار است و با علاوه بر شیرمادر از غذاهای دیگر استفاده می کند برحسب سن کودک از مایعات زیر هر مقداری که میل دارد به او بدهید:

- ❖ سوپ (کم نمک یا بی نمک)
- ❖ دوغ
- ❖ شیرمادر
- ❖ آب میوه های تازه (آب سیب هویج)
- ❖ چای کم رنگ
- ❖ آب سالم
- ❖ مایعاتی که نباید به کودک داد:
- ❖ سوپ پر نمک
- ❖ مایعات محرک حرکات روده مثل قهوه
- ❖ چای تلخ و تیره
- ❖ نوشابه های گازدار
- ❖ چای شیرین

جهت استفاده از مطالب آموزشی به سایت بیمارستان مراجعه
نمایید. www.amin.mui.ac.ir



مرکز آموزشی درمانی امین

راهنمای والدین در

درمان اسهال

در صورتی که کودک هر یک از علائم زیر را پیدا کند فوراً به مرکز درمانی مراجعه کنید:

- استفراغ های مکرر
- تب بالا
- افزایش تشنگی
- کودک قادر به خوردن یا نوشیدن نباشد.
- پیدا شدن خون در مدفوع
- بدتر شدن اسهال (افزایش حجم یا دفعات مدفوع)
- برای اطمینان از بهبودی کودک وی را پس از دو روز جهت ارزیابی نزد پزشک یا کارمند بهداشتی ببرید



شناسنامه پمفلت آموزشی	
موضوع	راهنمای والدین در درمان اسهال
تهیه کننده	واحد آموزش سلامت
تأییدکنندگان علمی	خانم دکتر رفاهی
سمت	مدیر گروه نوزادان
تاریخ تهیه	1402
کدپمفلت ونوبت بازنگری	PE-PED-10 -اول

منبع: پرستاری کودکان مارلو

❖ آب میوه های شیرین شده مثل: ساندیس و سایر آب میوه های تجاری
طرز تهیه محلول او-آر-اس (ORS):

محتوای یک پاکت را در یک لیتر (4 لیوان) آب جوشیده سرد شده (در کودکان زیر یک سال) و یا آب سالم بریزید خوب به هم بزنید. از این محلول فقط می توانید به مدت 24 ساعت استفاده کنید و پس از این مدت باید بقیه آن را دور بریزید و محلول تازه ای تهیه کنید.
مایعات را مطابق دستور زیر به کودک بدهید:

سن کودک	مقدار مایع به ازای هر بار مدفوع آبکی	حداکثر مقدار مجاز مایع در 24 ساعت
کمتر از 2 سال	50 تا 100 میلی لیتر (نصف تا یک فنجان)	500 میلی لیتر
2 سال و بیشتر	100 تا 200 میلی لیتر	1000 میلی لیتر

این مقدار مایع را آهسته (1 قاشق در دقیقه) به کودک بدهید مایعات را میتوان با فنجان، قطره چکان یا سرنگ بعد از برداشتن سر سوزن آن به کودک بدهید. اگر کودک استفراغ کرد 10 دقیقه صبر کرده سپس محلول را به آهستگی به او بدهید.

تغذیه:

در طی اسهال هر مقدار که کودک می خواهد به او غذا بدهید اما باید در مقادیر کم و به دفعات باشد (هر 3 تا 4 ساعت) کودک بی اشتها را تشویق به خوردن کنید در صورتی که کودک شیر مادر خوار است به تغذیه شیر مادر ادامه دهید و در صورتی که کودک شیر مصنوعی خوار است تغذیه شیر مصنوعی را با همان غلظت قبلی ادامه دهید.

توجه:

دادن مایعات را تا پایان اسهال ادامه دهید. تا دو هفته پس از اتمام اسهال یک وعده غذایی به غذای کودک اضافه کنید. اگر در طی زمان، چشم های کودک پف آلود شد باید از دادن مایعات بکاهید.

هشدار: