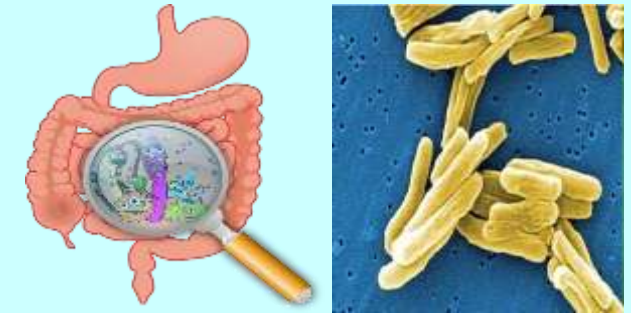


اسهال و استفراغ و عوارض آن از شایعترین مشکلات شیرخواران و کودکان هستند که همه ساله در جهان تعداد بسیار زیادی از آنان را روانه بیمارستان ها کرده و متاسفانه بخصوص در کشورهای در حال توسعه سالانه جان بسیاری از این فرشتگان معصوم را می گیرد. آشنایی با علایم و نحوه برخورد با این بیماری شایع میتواند با درمان های ساده ای جان عزیزان شما را نجات دهد



تعریف نوزادان بخصوص شیر مادر خواران میتوانند روزانه ۳ تا ۱۰ دفع مدفوع نسبتا شل در روز داشته باشند که رنگ آن از زرد روشن تا سبز و قهوه ای متغییر و گاهی حاوی کرک های شیری و دانه دانه است. بعد از این دوره در شیرخواران و کودکان اسهال را با افزایش دفعات ۳ بار یا بیشتر با قوام شل و یا ابکی که گاهی بر حسب عوامل میتواند همراه مخاط یا خون باشد، تعریف می کنند. غالبا استفراغ اسهال را همراهی میکند گاهی بیماری با استفراغ آغاز و با اسهال به تنهایی یا ترکیبی از هر دو ادامه می یابد

عوامل شایعترین علت بیماری ویروس ها هستند و روتا ویروس از همه شایعتر است در مرحله بعد عوامل میکروبی و انگلی قرار دارند و بسته به فصل یا منطقه جغرافیایی شیوع این عوامل متفاوت است. همینطور این بیماری بخصوص با

غالب بودن استفراغ از نشانه های شایع مسمومیت های غذایی است.

علایم بیماری منجر به اسهال یا استفراغ یا هر دو می شود. این علایم معمولا ناگهان و حاد آغاز شده می توانند شدید باشند. سایر نشانه ها چون تب، سردرد و بدن درد، شکم درد، کاهش اشتها و دل پیچه هستند. این بیماری حتی در انواع شدید و میکروبی نیز دارای کیفیت خود محدود شونده بوده خودبخود بهبود می یابد اما مشکل اساسی و آنچه خطر ساز و تهدید کننده جان کودکان است از دست دادن آب و املاح مثل سدیم، پتاسیم و کلر است که اصطلاحا به این کیفیت کم آبی یا دهیدراتاسیون می گویند. ادرار غلیظ و حجم آن کم میشود، عطش و ولع به مایعات خستگی و ضعف و بیحالی و گیجی از نشانه های بعدی هستند که با پیشرفت بیماری اتفاق می افتند. کم آبی را به سه گروه خفیف، متوسط و شدید تقسیم می کنند.

در کم آبی خفیف کودک عطش دارد و به مایعات و شیر مادر ولع زیادی دارد و به این دلیل بیقرار است اما چه بسا مایعات دریافتی را استفراغ کند. حجم ادرار نسبتا کم و به یک پوشک ظرف ۶ ساعت میرسد

در کم آبی متوسط میزان بیشتری از آب و املاح را از دست داده است عطش شدید تر شده، حجم ادرار کم و غلیظ میشود، چشم ها نسبتا فرورفته و حین گریه اشک کم و مخاط دهان نسبتا خشک است دفعات ادرار به کمتر از یک پوشک خیس ظرف ۶ ساعت میرسد

کم آبی شدید بسیار خطرناک بوده کودک خیلی فوری باید به بخش اورژانس رسانده شود در این حالت ادرار قطع میشود

نبض تند، بدن سرد و انتها ها به کبودی می زنند کودک بسیار بیحال و گاهی بیهوش یا نیمه بیهوش است و به تحریکات خارجی پاسخ نمیدهد. در این مرحله جاننش در خطر است و باید فوراً شوک درمانی گردد.

درمان

همانطور که پیش از این اشاره شد بیماری خودبخود بهبود مییابد آنچه موجب نجات جان کودکان میشود جبران آب و املاح از دست رفته و رعایت بهداشت برای جلوگیری از سرایت بیماری به سایرین بخصوص کوچکترهاست. خوشبختانه پودرهای استاندارد و آماده جهت تهیه سرم خوراکی در داروخانه ها و مراکز بهداشتی در دست هستند که نیاز به تجویز پزشک هم ندارند و با اضافه کردن محتویات یک پاکت به ۴ لیوان آب بهداشتی یا بهتر از آن جوشیده سرد شده تهیه و با روشی که من نام آن را آهسته و پیوسته گذاشته ام به شیرخواران و کودکان تجویز میشود زیرا چه بسا استفراغ مکرر مانع مایعرسانی کافی شود که میتوان با تجویز حجم های کوچک ۵ سی سی با سرنگ بهداشتی بدون سوزن، قطره چکان یا پیمانه هایی که در غالب داروهای بازار وجود دارند، بصورت خنک و هر ۱ تا ۲ دقیقه بر این مشکل غلبه کرد

توصیه مهم: کم آبی متوسط یا شدید با علایم اشاره شده در پاراگراف قبلی یعنی کاهش حجم ادرار به کمتر از یک پوشک خیس ظرف ۶ ساعت، گودافتادن چشم ها و ملاج، بیحالی، ضعف، خشکی مخاط ها، پوست شل و چروک نیاز به مراجعه سریع شما به نزدیک ترین مرکز درمانی و پزشک دارد

میزان ۵۰ سی سی به ازای هر کیلو وزن کودک ظرف مدت ۴ ساعت ضروری است مثلاً برای شیرخوار ۹ کیلویی میشود ۴۵۰ سی سی. در این میان شیر مادر و هر شیری که از قبل شیرخوار میخورده ادامه می یابد و پس از آن بمدت دو ساعت به شیرخوار مایعات شفاف چون آب بهداشتی، دوغ، آب میوه غیر شیرین شده طبیعی، داده میشود و تجویز سرم خوراکی منحصر به دفعات اسهال،واستفراغ میشود.اسهال خیلی بندرت به آنتی بیوتیک نیاز دارد.میزان سرم خوراکی لازم بصورت نگهدارنده ۱۰ سی سی به ازای هر کیلو وزن کودک به ازای هر دفع اسهالی یا آبکی و ۲سی سی به ازای هر کیلو وزن بعد هر نوبت استفراغ است



علائم هشدار

اسهال خونی، پرهیز از خوردن و نوشیدن، کم آبی متوسط و شدید، شکم درد های کولیکی و شدید، بیحالی و ضعف پیشرونده و شدید و بی توجهی به اطراف ضرورت مراجعه فوری شما را به نزدیک ترین مراکز درمانی ایجاب میکنند.

محلول های سرم خوراکی استاندارد هستند هرگز نباید به آنها طعم دهنده یا هر چیزی اضافه کرد و نباید رقیق تر یا غلیظ تر تهیه شوند

بهداشت و پیشگیری

رعایت نکات بهداشتی هم در پیشگیری و هم در درمان و جلوگیری از سرایت به سایرین بسیار مهم هستند.مهمترین روش همانطور که میدانید شستشوی صحیح و مناسب دست ها با آب و صابون یا استفاده از محلول های الکلی آماده بخصوص قبل از خوردن و آشامیدن و بعد از توالت و شستشوی شیر خوار و یا تعویض پوشک هستند.مانعت از تعویض شیرخواران در مناطق نزدیک به محل خوردن مثل آشپزخانه و شستشوی دقیق دست ها قبل تهیه غذای خانواده بسیار کلیدی هستند.روش دقیق شستشوی دست ها را در مقاله قبلی توضیح داده ام و باید هر بار دستکم ۳۰ ثانیه طول بکشد.همینطور واکسنی برای روتا ویروس در بسیاری از کشورها وجود دارد که در کشور ما هنوز جزو برنامه واکسیناسیون کشوری نیست

داروها

توصیه اکید همه پزشکان و منابع درمانی بر پرهیز از تجویز هر گونه داروی ضد اسهال در کودکان و شیرخواران است که میتواند خطرناک و منجر به تشدید عواقب بیماری گردد همینطور است داروهای ضد استفراغ، تنها پزشک شما اگر صلاح بداند برای کنترل استفراغ و تسهیل مایع درمانی خوراکی ممکن است تنها یک نوبت اندانسترون خوراکی یا تزریقی تجویز کند.آنتی بیوتیک ها هم در درمان اسهال بجز انواع خاص میکروبی جایی ندارند.پروبیوتیک ها باکتریهای مفید روده ای هستند که گفته شده تجویزشان میتواند دوره بیماری اسهالی را کوتاه کند

رژیم غذایی

عملاً در اسهال های حاد رژیم غذایی خاص ضرورت ندارد،ادامه شیر در شیرخواران، پرهیز از مایعات شیرین شده و آبمیوه های حاوی و محلول های با ترکیب الکترولیتی نامعلوم ضروری هستند.گروهی از مواد غذایی مثل موز، هویج پخته، برنج و غلات باعث کاهش آب مدفوع میشوند همینطور ضرورت دارد به مناسبت افزایش نیاز شیرخواران در دوره بیماری گوشت ها در رژیم غذایی گنجانده و دفعات تغذیه افزایش یابد.چه بسا پزشکان بخصوص در شیرخواران کم وزن این دوره بیماری را زمان مناسبی برای آغاز تغذیه کمکی بدانند



مرکز آموزشی درمانی امین

خود مراقبتی در

گاسترو انتریت در اطفال

شناسنامه پمفلت آموزشی	
موضوع	خود مراقبتی در گاسترو انتریت در اطفال
تهیه کننده	واحد آموزش سلامت
تأیید کننده علمی	دکتر رفاهی
سمت	مدیر گروه اطفال
تاریخ تهیه	1402
کد پمفلت و بازنگری	1402PE-PED-33

منبع: کودکان مارلو

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