

گاستروانتریت در اطفال

آموزش به بیمار/همراه



در صورت هر گونه سوال در خصوص بیماری از طریق
ذیل تماس بگیرید:

شماره تلفن ۴۶۳۲۲۱۳۵_داخلی ۲۵۴

روزهای شنبه - دوشنبه - چهارشنبه

Shahindezh.edh@umsu.ac.ir

رعایت بهداشت فردی :

۱. دستهای خود و کودکان را با آب و صابون بشویید: قبل از دادن شیر یا شروع تهیه غذا ، پس از مصرف غذا، قبل و بعد از اجابت مزاج.

۲. میوه و سبزیجات را ضدعفونی شده مصرف نمایید.

۳. از دستفروشان و فروشندگان دوره گرد ، خوراکی تهیه نفرمایید.

۴. غذای پخته شده را فوراً میل نمایید : هر چه فاصله ی زمانی بین پخت غذا و مصرف آن کمتر باشد احتمال آلودگی کمتر است .

۵. از آب آشامیدنی سالم استفاده کنید، از مصرف یخ تهیه شده در خارج از منزل خودداری کنید .

۶. اگر در مناطقی زندگی میکنید که دسترسی به آب آشامیدنی تصفیه شده و لوله کشی شده وجود ندارد ، حتماً قبل از مصرف آب را یک دقیقه بجوشانید .

منبع: درسنامه پرستاری کودکان-وونگ

تهیه و تنظیم: واحد آموزش سلامت -بهار ۱۴۰۵

سوپروایزر آموزش سلامت: حسین زاده

مشاور علمی: دکتر نسیم احمدی_متخصص اطفال

درمان شیرخوارانی که با بطری تغذیه

می کنند :

روزاول: در ۲۴ ساعت اول هم می توانید به کودک شیر دهید ، با نظر پزشک میتوان آن را رقیق تر کرده و به کودک بخورانید .

روز دوم: از روز دوم میتوانید کمک مواد غذایی را برای کودک خود شروع کنید .

روز سوم: بهبودی

درمان کودکان سنین بالاتر:

روز اول: به کودک شیر و محلول جایگزینی آب بدن یا آب میوه بدون شکر رقیق شده دهید.

روز دوم: میتوانید پوره میوه بدون شکر و پوره سبزیجات را به رژیم غذایی کودک خود اضافه کنید .

روز سوم: میتوان مرغ و سوپ را به رژیم غذایی کودک اضافه کرد. دادن شیر را میتوان از سر گرفت .

روز چهارم: میتوان نان ، بیسکویت، تخم مرغ ، گوشت و ماهی را به رژیم غذایی کودک اضافه کرد .

روز پنجم: بهبودی

گاسترو انتریت

التهاب معده و روده را گویند که موجب اسهال و استفراغ یا هر دو میشود و در کودکان شایع است. اسهال و استفراغ معمولاً 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 می گویند.

علت بیماری ممکن است ویروسی یا میکروبی باشد

گاسترو آنتریت ویروسی:

دوره بیماری معمولاً کمتر از یک هفته است، کودک ممکن است استفراغ هم داشته باشد که گاهی با تب همراه است.

گاسترو آنتریت میکروبی:

طول مدت بیماری بیشتر است، بیمار تب دارد، گاهی اسهال خونی دیده می شود و دردهای شکمی هنگام دفع وجود دارد.

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

*درد شکم، عدم تحمل غذا، امتناع از نوشیدن، فرورفتگی چشمها، خواب آلودگی غیرعادی، ادرار نکردن یا ادرار کردن به میزان کم، خشک بودن زبان، استفراغ، اسهال مکرر (به خصوص اگر آبکی باشد) و اسهال خونی

درمان:

پزشک کودک شما را معاینه میکند و تصمیم می گیرد که درمان در منزل یا بیمارستان انجام شود. درمان در منزل معمولاً شامل: رعایت رژیم اسهالی با وعده های غذایی بیشتر در فواصل کمتر (شیرمادر، سوپ، کته ماست، موز، سیب، مایعات غیرشیرین)، و مصرف داروهای تجویز شدهی خوراکی با توجه به سن و شرایط کودک میباشد. درمان در بیمارستان معمولاً شامل: اجرای موارد بالا به علاوهی سرم درمانی، آنتیبیوتیک 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

پیشگیری از گسترش اسهال و استفراغ میکروبی آسانتر است. مثلاً ظروف تغذیه کودک و نیز اسباب بازیهای او را قبل از استفاده شستشو و ضدعفونی کنید. سعی کنید همه ی اعضای خانواده، بهداشت شخصی خود را دقیقاً رعایت کنند. غذاها را در دمای مناسب نگهداری کنید. اگر به کودک تخم مرغ بدهید آن را ۶ دقیقه بجوشانید تا کاملاً سفت شود و تخم مرغ را خوب بپزید.

نمیتوان از آلوده شدن کودک به ویروسهای ایجاد کننده ی اسهال و استفراغ پیشگیری کرد، اما پس از آلودگی کودک نسبت به ویروس خاصی که باعث بیماری شده، مصونیت مییابد. دادن شیر مادر به شیرخوار، خود مهمترین عامل کاهش ابتلا به اسهال در شیرخواران است.

