

گاستروآنتریت همان اسهال و استفراغ است که عامل ایجاد آن میکروب‌ها، غذاهای مسموم، یا مصرف آب ناسالم است. اسهال به مدفوع شل و آبکی که در طول روز سه یا چند بار اتفاق می‌افتد گویند.

### علائم شایع بیماری

- تهوع و استفراغ
- بی‌اشتهایی
- تب
- ضعف
- دل‌پیچه، درد، یا حساس بودن شکم هنگام لمس
- کم‌آبی



در اثر اسهال و استفراغی که در این بیماری ایجاد می‌شود، مایعات و مواد شیمیایی بدن که به نام الکترولیت‌ها خوانده می‌شود از دست می‌رود. اگر کودک مایعات و الکترولیت‌های زیادی از دست بدهد، ممکن است دچار کم‌آبی شود و اگر این کم‌آبی درمان نشود بسیار خطرناک است.

### علائم کم‌آبی در کودکان

- کاهش ادرار
- تیره شدن رنگ ادرار
- خستگی و بی‌حالی
- خشکی زبان
- کاهش اشک
- عطش شدید به آب



### گاستروآنتریت چگونه درمان می‌شود؟

- موارد خفیف نیازی به بستری ندارند و در منزل درمان می‌شوند
- باید به کودک محلول‌های خوراکی یا ORS بدهید تا میزان مایعات و الکترولیت‌های دست‌رفته جبران شود.
- بهتر است ORS را از داروخانه خریداری کنید و همیشه در خانه داشته باشید و در مواردی که کودک بیمار شد از آن استفاده کنید.
- اگر کودک شیرخوار است، (شیر مادر یا شیر خشک) به شیردهی ادامه دهید و اگر غذا می‌خورد بعد از دریافت ORS به او غذا بدهید.
- به دلیل نخوردن ORS توسط کودک به آن قند اضافه نکنید.
- از خوردن چربی و قند زیاد خودداری کنید.

- غذاهای کودک را تنها به رژیم خاصی ( شامل موز، برنج، آب سیب و نان ) محدود نکنید.
- مایعات زیاد به شیرخشک کودک اضافه نکنید.
- از دادن مایعاتی نظیر نوشابه، آبگوشت جوجه و یا آب میوه خودداری کنید.

### میزان ORS چقدر باشد؟

با استفاده از سرنگ یا قاشق می‌توانید هر ۵ دقیقه تا زمانی که کودک اسهال و استفراغ دارد بترتیب زیر به او ORS بدهید. در هر بار اسهال به ازای هر کیلوگرم از وزن بدن ۱۰ سی‌سی و در هر بار استفراغ به ازای هر کیلوگرم از وزن بدن ۵ سی‌سی محلول ORS مورد نیاز است. برای تهیه محلول ORS هر بسته را با چهار لیوان آب مخلوط و در یخچال نگهداری کنید. بعد از بهبودی کودک می‌توانید رژیم غذایی معمول او را شروع کنید.

### چه زمانی باید به پزشک مراجعه نمود؟

- اگر کودک در مدت ۲۴ ساعت بعد از شروع ORS بهبود پیدا نکرد، یا اگر برای دادن ORS به کودک با مشکل مواجه شدید ( مثلاً دادن این محلول تأثیری روی او نداشت یا دادن آن به کودک بسیار سخت بود، یا نتوانست آن را بخورد) حتماً به پزشک اطلاع دهید.
- همچنین اگر کودک شما دچار این علائم شد، حتماً به پزشک اطلاع دهید.
- چشمان نیمه بسته، اشک یا بزاق کمتر از حد معمول، افزایش خواب آلودگی یا بیقراری



دانشگاه علوم پزشکی و  
خدمات بهداشتی درمانی استان اردبیل

بخش اطفال

## گاستروآنتریت

"اسهال و استفراغ"



تهیه و تنظیم: یگانه دیبافر

هوا خشک شود و نباید پوست دارای زخم با مواد ضدعفونی کننده مثل الکل تمیز شود.

۷. کنترل تب باید بطور صحیح انجام شود.

۸. از تجویز داروی ضداسهال برای کودک خودداری کنید.

۹. از مصرف غذاهای مشکوک که بیرون فروخته می شوند اجتناب کنیم. غذاهای آماده بخصوص سوسیس و ساندویچ

نباید زیاد به بچه ها داد.

۱۰. اگر در مواردی به آلودگی آب مشکوک شدیم، آب را ۱۰ تا ۱۵ دقیقه بجوشانیم

۱۱. غذا باید تازه تهیه شود و غذای بچه ها را بیرون از یخچال نگهداری نکنیم

منابع: کتاب راهنمای بالینی پرستاری کودکان

**تقل موفقیت را با کلید آموزش باز کنیم.**

**با آرزوی بهبودی و سلامتی روزافزون**

▪ تب ( تب بالای ۳۸ درجه یا بیشتر در کودکانی که سه ماهه یا کوچکتر هستند و تب ۳۹ درجه یا بالاتر در کودکان بزرگتر)

▪ کودکی که کوچکتر از ۶ ماه سن دارد یا وزنی کمتر از ۸ کیلوگرم دارد.

▪ دچار اسهال خونی بود.

**در صورت ابتلای کودک به این بیماری چه مواردی را باید رعایت نمود؟**

۱. سطوحی که کودک با آن در ارتباط است و مکان هایی که کودک بیمار آن را لمس کرده است همیشه تمیز نگهدارید.

۲. دست های خود و کودکان را مکرراً بشویید. ( قبل از دادن شیر یا شروع تهیه غذا، پس از مصرف غذا، قبل و بعد از اجابت مزاج )

۳. از پوشک یکبار مصرف استفاده شود.

۴. پوشک کودک محکم تر بسته شود تا مدفوع به اطراف پخش نشود.

۵. تخت و تشک کودک در هنگام بستری در بیمارستان یا در منزل باید از طریق محلول های ضدعفونی کننده جهت پیشگیری از انتشار عفونت ضدعفونی شود. اسهال عفونی تا چند هفته می تواند مسری باشد.

۶. مراقبت از پوست اطراف باسن بسیار لازمست چون در اسهال پوست باسن در معرض تحریک شدید قرار می گیرد و باید پوشک تعویض و باسن بعد از هر بار دفع با آب و صابون ملایم شسته شود و از پماد مطابق دستور پزشک برای محافظت پوست استفاده شود. اگر پوست قرمز شد در معرض