



بسم الله الرحمن الرحيم

اسهال و استفراغ

گاسترو آنتریت در کودکان

پمفلت آموزشی مددجو

واحد آموزش به بیمار

بیمارستان امام حسن عسکری (ع) زرقان

تهیه و تنظیم: محمدرضا نعمت الهی

تیر ماه 1400

- میوه و سبزیجات را ضد عفونی شده مصرف کنید.
- غذاهای پخته شده را فوراً میل نمایید.
- هرچه فاصله بین پخت غذا و مصرف آن کمتر باشد احتمال آلودگی آن کمتر است.
- از آب آشامیدنی سالم استفاده کنید.
- 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.
- هنگام مسافرت و بیرون رفتن به قصد تفریح و... حتی امکان از بطری های آب پلمپ شده استاندارد استفاده نمایید.

2. غذاها را در دمایی مناسب نگهداری کنید. اگر به کودک تخم مرغ می دهید آن را به مدت 6 دقیقه بجوشانید تا کاملاً سفت شود و مرغ را خوب بپزید.

3. نمی توان از آلوده شدن کودک به ویروس های ایجاد کننده اسهال و استفراغ پیشگیری کرد اما پس از آلودگی، کودک نسبت به ویروس خاص که باعث بیماری شده مصونیت پیدا میکند.

دادن شیر مادر به شیرخوار خود مهم ترین عامل کاهش ابتلا به اسهال در شیرخواران است.

رعایت بهداشت فردی:

- دستهای خود و کودکان را با آب و صابون بشوید.
- قبل از دادن شیر یا شروع تهیه غذا، قبل و بعد از اجابت مزاج

گاسترو آنتریت چیست؟

التهاب معده و روده را گویند که موجب اسهال و استفراغ یا هر دو می شود و در کودکان شایع می باشد.

اسهال چیست؟

افزایش دفعات اجابت مزاج، افزایش مقدار مدفوع یا تغییر در قوام مدفوع را گویند.

استفراغ چیست؟

بازگشت مواد غذایی هضم شده از معده را گویند.

علت گاسترو آنتریت چیست؟

علت بیماری ممکن است ویروسی و یا میکروبی باشد.

گاسترو آنتریت ویروسی: دوره بیماری معمولاً کمتر از یک هفته است. ممکن است که 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.

علائم بیماری

علائم شامل: اسهال و استفراغ و بی اشتها، درد شکم، ضعف و بی حالی و تب است. اگر کودک شما هر یک از علائم زیر را داشت سریعاً به پزشک یا مراکز درمانی مراجعه کنید:

درد شکم، عدم تحمل غذا، امتناع از نوشیدن، فرو رفتگی چشمی چشم هـا، خواب آلودگی غیر عادی، ادرار نکردن یا ادرار به میزان کم، خشک بودن زبان، استفراغ، اسهال مکرر (به خصوص اگر آبکی باشد) و اسهال خونی

درمان بیماری:

پزشک کودک شما را معاینه میکند و تصمیم میگیرد که درمان در منزل یا بیمارستان انجام شود.

درمان در منزل معمولاً: شامل رعایت رژیم

اسهالی و با وعده های غذایی بیشتر در فواصل کمتر (شیرمادر، سوپ، کته، ماست، موز، سیب، مایعات غیر شیرین) تهیه محلول ORS (طبق دستور پزشک) و مصرف داروهای تجویز شده ی خوراکی با توجه به سن و شرایط کودک می باشد.

درمان در بیمارستان معمولاً: اجرای موارد بالا به علاوه سرم درمانی، آنتی بیوتیک درمانی، انجام آزمایشات تشخیصی (مدفوع ادرار و خون) با نظر پزشک می باشد.

پیشگیری بیماری

1. پیشگیری از گسترش اسهال و

استفراغ میکروبی آسان تر است.

مثلاً ظروف تغذیه کودک و نیز

اسباب بازی های او را قبل از

استفاده شستشو و ضد عفونی

کنید. سعی کنید همه ی اعضای

خانواده بهداشت شخصی خود را

رعایت کنند.