

اسهال چیست؟

اسهال به افزایش در حجم و تعداد دفعات مدفوع و کاهش قوام آن نسبت به عادت قبلی روزانه گفته می شود.

انواع اسهال

عوامل ویروسی: اوج شیوع این نوع اسهال در فصل زمستان میباشد و راه انتقال آن دهانی مدفوعی میباشد و با تب خفیف تا متوسط و استفراغ و درد شکمی همراه است.

عوامل باکتریایی: اوج شیوع این نوع اسهال در فصل تابستان میباشد راه انتقال آن از طریق حیوانات خانگی، مصرف آب یا غذای آلوده (ویبریوکلا) مدفوعی دهانی (شیگلا) میباشد که با تب، درد شکمی و اسهال خونی، استفراغ و مدفوع بدبو و بلغمی (خلطی) همراه است.

مهمترین عارضه اسهال کم آبی بدن و عدم تعادل نمک ها و املاح در بدن میباشد. کم آبی درجات مختلفی دارد که درجه پایین آن میتواند قابل تحمل باشد اما درجه های متوسط و شدید آن

خطرناک است و مهمترین علل مرگ و میر و ناتوانی در بچه ها است.

علائم کم آبی که باید به آن توجه کرد و فوراً به مرکز درمانی مراجعه نمود عبارتند از:

ملاج فرورفته، چشم ها گود افتاده، موقع گریه کردن اشک ندارد، ادرار کم می شود، خشکی دهان

کم آبی خفیف: علائم آن افزایش تشنگی، خشکی مختصر مخاط، عدم تمایل کودک به خوردن ORS

درمان: مصرف محلول ORS به صورت خوراکی به ازای هر بار اسهال و استفراغ در کودکان زیر 10 کیلوگرم: 60-120 سی سی و در کودکان بالای 10 سال دو برابر میزان فوق. در صورت عدم تمایل شیرخوار به خوردن ORS، ادامه شیر مادر یا شیر خشک به دفعات توصیه میشود.

کم آبی متوسط: علائم آن کاهش قوام پوستی، خشکی مخاط، فرورفتگی ملاج، چشمان گود افتاده، ولع شدید کودک به خوردن ORS

درمان: مصرف ORS به صورت خوراکی 50-100 سی سی به ازای هر کیلوگرم در عرض 3 تا 4 ساعت

کم آبی شدید: علائم آن افزایش تعداد تنفس، بیحالی، سیاهی بدن، کاهش سطح هوشیاری اگر بیمار شوک باشد یا سطح هوشیاری پایین داشته باشد به هیچ عنوان ORS در مراحل اولیه استفاده نشده و سرم درمانی استفاده میشود.

طرز تهیه محلول ORS:

چهار لیوان آب جوشیده سرد شده را در پارچ ریخته و یک بسته پودر را به آن اضافه میکنیم، پارچ را در یخچال قرار میدهیم تا محلول خنک باشد و در صورت تمایل شیرخوار یک لیوان از آن را از یخچال خارج کرده و هر 5 دقیقه یک قاشق غذا خوری به کودک میدهیم. پس از نیم ساعت اگر استفراغ نداشت، هر دو دقیقه یک قاشق میدهیم و مجدداً اگر استفراغ نداشت مقدار بیشتری را به کودک میدهیم.

دانشگاه علوم پزشکی شیراز
بیمارستان امام موسی کاظم (ع)
شهرستان زرین دشت

اسهال در کودکان



شناسنامه بروشور آموزشی	
عنوان	اسهال در کودکان
واحد	واحد آموزش سلامت همگانی
تهیه کننده	زهره اسماعیلی (کارشناس پرستاری)
کد پمفلت	EMKP-HE-014-00
سال تهیه	1403
ناظر کیفی	دکتر الماسی (متخصص اطفال)
QR CODE	

پس از پایان دوره اسهال بکوشید تا حداقل طی دو هفته با تغذیه مناسب و پرکالری انرژی از دست رفته کودک را جبران کنید.

از تجویز خودسرانه داروی ضد اسهال برای کودک خودداری کنید.

دستهای خود و کودکان را مرتب بشویید.

میوه و سبزیجات را ضدعفونی شده مصرف کنید.

مراقبت از پوست اطراف باسن بسیار لازم است زیرا در اسهال پوست باسن در معرض تحریک شدید قرار گرفته بنابراین پوشک کودک مرتباً تعویض گردد و باسن پس از هر بار دفع با آب و صابون ملایم شسته شود و با صلاحدید پزشک از پماد استفاده شود.

در صورت خشکی پوست، کاهش اشک و بزاق، عطش زیاد، بیحالی و ضعف سریعاً به پزشک مراجعه کنید.



پیشگیری و مراقبت:

از دادن آب میوه ها و غذاهای شیرین به کودک در طی دورانی که اسهال دارد پرهیز کنید.

رعایت رژیم اسهالی با وعده های غذایی بیشتر در فواصل کمتر باشد. (شیر مادر، سوپ، کته ماست، موز نارس، سیب، مایعات غیر شیرین)

در صورت هر بار اسهال و استفراغ کودک در صورتی که ولع برای خوردن ORS داشته باشد به وی به ازای هر کیلوگرم وزن بدن 10 سی سی ORS داده شود.

