

بیمار محترم بخش اورژانس

اسهال و استفراغ (گاستروآنتریت)

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



اسهال و استفراغ چیست؟ افزایش دفعات اجابت مزاج،

افزایش مقدار مدفوع یا تغییر قوام مدفوع را اسهال گویند که دفع حداقل ۳ نوبت مدفوع شل یا آبکی در ۲۴ ساعت شامل میشود. اسهالی که حداقل ۱۴ روز طول بکشد معمولاً ناشی از عفونتهای انگلی اسهت در حالی که اسهال همراه با تغییرات عمومی معمولاً بر اثر ویروس ها ایجاد می شود. اما استفراغ بازگشت مواد غذایی هضم نشده از معده را گویند. گاستروآنتریت در کودکان اغلب به صورت شروع اسهال با درد شکم و تب و استفراغ و تهوع می باشد؛ استفراغ است ممکن است سریع فروبشند اما اسهال ممکن است تا ۱۰ روز ادامه داشته باشد.

• علت گاستروآنتریت چیست؟: علت بیماری ممکنست

ویروسی یا میکروبی باشد؛ ویروسها (روتاویروس) و گونه باکتریایی (شیگلا، سالمونلا، ای کولای) علل اولیه گاستروآنتریت هستند در اکثر موارد علت گاستروآنتریت در کودکان از ویروسی به نام روتاویروس و در می باشد. کودکانی که با روتاویروس آلوده شده اند بین ۳ تا ۸ روز بهبودی می یابند و کم آبی بدن یکی از عوارض رایج آن است، ممکن است استفراغ هم داشته باشد که گاهی با تب همراه است. در گاستروآنتریت ناشی از باکتری طول مدت بیماری بیشتر از ۱ هفته است. بیمار تب دارد، گاهی اسهال خونی دیده می شود و دردهای شکمی هنگام دفع وجود دارد.



• علایم بیماری: اسهال، استفراغ، بی اشتهایی، 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، فرو رفتگی چشم ها، خواب آلودگی غیر

عادی، ادرار نکردن یا ادرار کردن به میزان کم، خشک بودن زبان، استفراغ، اسهال مکرر (به خصوص اگر آبکی باشد) و اسهال خونی.



• شروع علائم: اغلب علائم و نشانه ها بین ۱۲ تا ۷۲ ساعت

پس از ابتلا شروع می شود. اگر عامل ویروسی باشد، معمولاً تا یک هفته طول می کشد. بعضی علائم ویروسی ممکن همراه با تب و خستگی و سردرد باشد. اگر مدفوع خونی باشد احتمالاً عامل ویروسی نمی باشد و به احتمال زیاد باکتریایی یا انگلی اسهت و عفونتهای باکتریایی ممکن است همراه با درد شدید شکمی باشد و هفته ها طول بکشد.

• نحوه ی انتقال بیماری

- ✓ از طریق آب و غذاهای آلوده
- ✓ استفاده مشترک از وسایل شخصی
- ✓ استفاده از شیشه جهت تغذیه کودکان و بهداشتی نبودن این شیشه ها یکی از مهمترین دلایل شیوع این بیماری در سطح جهان است
- ✓ تماس فیزیکی با فرد آلوده
- **درمان بیماری:** پزشک کودک شما را معاینه می کند و تصمیم می گیرد که درمان در منزل یا بیمارستان انجام شود.



آموزش مراقبت گاستروانتریت

واحد آموزش سلامت بیمارستان میمه

بخش اورژانس

کد آموزش: PM/EC-0/00-21

تاریخ بازنگری: ۱۴۰۴/۱/۱

بهداشت شخصی خود را رعایت کنند. غذاها را در دمای مناسب نگهداری کنید. اگر به کودک تخم مرغ می دهید آن را ۶ دقیقه بجوشانید تا کاملاً سفت شود و مرغ را خوب بپزید. نمیتوان از آلوده شدن کودک به ویروس های ایجاد کننده اسهال و استفراغ پیشگیری کرد، اما پس از آلودگی کودک نسبت به ویروس خاصی که باعث بیماری شده، مصونیت پیدا میکند. دادن شیرمادر به شیرخوار، خود مهمترین عامل کاهش ابتلا به اسهال در شیرخواران است. قبل از دادن شیر یا شروع تهیه غذا، پس از مصرف غذا، قبل و بعد از اجابت مزاج، میوه و سبزیجات را ضد عفونی شده مصرف کنید. دست فروشان و فروشندگان دوره گرد، خوراکی تهیه نفرمایید. غذای پخته شده را فوراً میل نمایید. هر چه فاصله زمانی بین پخت غذا و مصرف آن کمتر باشد احتمال آلودگی کمتر است. از آب آشامیدنی سالم استفاده کنید، حتی المقدور از مصرف یخ تهیه شده در خارج از منزل خودداری کنید. اگر در مناطقی زندگی می کنید 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 الامکان از بطری های آب پلمپ شده ی استاندارد استفاده نمایید.

گزارش والدین از علائم کودک، به ارزیابی کم آبی بدن کمک می کند. **درمان در منزل** معمولاً شامل: رعایت رژیم اسهالی با وعده های غذایی بیشتر پس از تسکین اولیه بیمار بعد از ۱۲ ساعت در فواصل کمتر که شامل (شیر مادر در کودکان زیر ۶ ماه، سوپ، کته ماست، گوشت ماهیچه، هویج پخته، سیب خام پخته و بدون پوست و دانه، گوشت کبابی یا آب پز، آبگوشت ساده کم چرب، پوره ی موز، دوغ بدون گاز، بسکویت ساده و بدون کرم، پوره ی سیب زمینی، نان سوخاری، مایعات غیر شیرین) و تهیه ی **محلول** *او آر اس* (طبق دستور پزشک) و مصرف داروهای تجویز شده ی خوراکی با توجه به سن و شرایط کودک میباشد. توصیه می شود از مصرف چای پررنگ، نوشابه گازدار و غیر گازدار و قهوه به علت حرکات روده و همچنین مواد غذایی حاوی سوربیتول (آب هلو، آب گلابی، سیب و کلا تمام آب میوه ها) اجتناب شود. **درمان در بیمارستان** معمولاً شامل: اجرای موارد بالا به علاوه ی سرم درمانی، آنتی بیوتیک درمانی، انجام آزمایشات تشخیصی (مدفوع، ادرار و خون) با نظر پزشک میباشد.

• پیشگیری بیماری

پیشگیری از گسترش اسهال و استفراغ میکروبی آسانتر 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