



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی گیلان
مرکز آموزشی، درمانی و پژوهشی
۱۷ شهریور رشت

چگونه از کودک مبتلا به "اسهال و استفراغ" (گاسترو آنتریت) مراقبت کنیم؟



تهیه و تنظیم: کمیته ی آموزش سلامت بخش داخلی ۲

تحت نظارت: سوپروایزر آموزش سلامت

تیر ۱۴۰۰

با آرزوی سلامتی برای شما و فرزند دلبندتان برای کسب اطلاعات و پیگیری، اطلاعات تماس مرکز آموزشی درمانی و پژوهشی هفده شهریور رشت به شرح ذیل می باشد:

آدرس : رشت، خیابان نامجو، خیابان شهید سیادت، ضلع جنوبی پارک شهر، مرکز آموزشی درمانی و پژوهشی ۱۷ شهریور رشت

شماره تماس بیمارستان

۰۱۳-۳۳۳۶۹۳۹۱-۳۳۳۶۹۰۴۴

آدرس صفحه "آموزش به بیمار" بیمارستان:

<http://www.gums.ac.ir/17shahrivar>



منبع:

۱-هاکنبری مریلین، ویلسون دیوید. ۱۳۹۵. درسنامه پرستاری کودکان ونگ. ترجمه پوران سامی، محمود بدیعی، فاطمه احدی. تهران: نشر و تبلیغ بشری. ص ۷۷۷-۷۸۲.

۲-بیماری های گوارش/کبد/پانکراس. ۱۳۹۴. ترجمه نوشین سجادی. تهران: اندیشه رفیع، ص ۲۶۱-۱۸۱.

۵- اجرای روش صحیح شستن دست

۶- دور نگهداشتن غذا ، وسایل خوردن و آشامیدن ، مسواک ، اسباب

بازی ها و دیگر وسایل شخصی از ظرفشویی و محل تعویض پوشک

۷- پرهیز از آلودگی با مدفوع

۹- حفظ سلامت پوست (به دلیل اینکه مدفوع اسهالی بسیار محرک

پوست می باشد لذا پوست باید به ملایمت پاک شده و از پمادهای

محافظ مانند اکسیدزینگ استفاده شود)

در صورت بروز علائم زیر سریعاً به پزشک یا بیمارستان

مراجعه کنید:

- بهتر نشدن اسهال بعد از دو روز
- اسهال خیلی آبی
- استفراغ مکرر
- عطش فراوان
- ضعف و ناتوانی در خوردن و نوشیدن
- تب
- خون در مدفوع

توصیه های خود مراقبتی

والدین گرامی با آرزوی شفای عاجل برای فرزند دلبندتان، مطالب زیر جهت افزایش آگاهی شما در مورد بیماری فرزندتان می باشد لطفاً به نکات زیر توجه فرمایید:

بیماری "اسهال و استفراغ" (گاستروآنتریت) چیست؟

گاسترو آنتریت عفونت دستگاه گوارش (معده و روده) ناشی از عوامل باکتریایی، ویروسی و یا انگلی است که منجر به افزایش تعداد دفعات اجابت مزاج به علت التهاب معده و روده می شود.

شایعترین علائم "اسهال و استفراغ" چیست؟

- تهوع و استفراغ
- تب
- درد های شکمی
- اسهال (افزایش تناوب دفع و تغییر قوام مدفوع)
- ادرار نکردن یا ادرار به مقدار کم
- ضعف و فرو رفتگی چشم ها
- خواب آلودگی غیر عادی

چگونه "اسهال و استفراغ" تشخیص داده میشود؟

- ۱- گرفتن شرح حال
- ۲- گرفتن نمونه مدفوع و ادرار
- ۳- آزمایشات خونی

"اسهال و استفراغ" چگونه درمان میشود؟

- ۱- گاسترو آنتریت ویروسی: درمان شامل استراحت، مصرف مایعات و تغذیه مناسب و تجویز محلول ORS با نظر پزشک معالج می باشد.
- ۲- اسهال باکتریال: معمولاً با نظر پزشک معالج آنتی بیوتیک آغاز میشود و تا پایان دوره ی درمان ادامه می یابد.

طرز تهیه محلول ORS

۴ لیوان آب جوشیده سرد شده را داخل یک پارچ میریزیم سپس محتویات یک بسته پودر ORS را به آن اضافه می کنیم و خوب هم می زنیم این محلول تا ۲۴ ساعت در یخچال قابل نگهداری است و هرچه سردتر باشد قابل تحمل تر است.



تهیه محلول ORS



پیشگیری از عوارض بیماری و روش برخورد با آن

چیست؟

کم آبی و سوء تغذیه از عوارض این بیماری می باشد که با شروع مجدد رژیم غذایی مناسب و جایگزینی مایعات از دست رفته می توان از بروز آن پیشگیری نمود.

تغذیه صحیح کودک من در زمان ابتلا به این بیماری

چگونه است؟

در بعضی شرایط ممکن است برای مدتی (طبق دستور پزشک) تغذیه بیمار از راه دهان قطع شود و مجدداً با نظر پزشک تغذیه دهانی آغاز شود. مکانیسم تشنگی یک ملاک خیلی حساس در بررسی نیاز بدن به مایع است.

- استفاده از کربوهیدرات (برنج، گندم، سیب زمینی، نان و غلات) گوشت بدون چربی، ماست، میوه ها و سبزیجات.
- استفاده از مایعات یا غذا به مقدار کم و مکرر.
- استفاده از برنج-عدس، موز سبز.
- اجتناب از مصرف غذاهای چرب و حاوی مقدار زیاد قندهای ساده (آب میوه، نوشابه های گازدار) و مواد غذایی حاوی سوربیتول (مانند آب سیب و هلو).
- (با فروکش کردن استفراغ، میزان بیشتری از مایعات استفاده شده و سپس به رژیم عادی برگشت داده می شود)

چگونه ایمنی فرزندم را رعایت کنم؟

در زمان بستری حتماً به اتصالات کودک مانند سرم و به بالا بودن نرده های تخت توجه گردد.

چگونه میتوان از "اسهال و استفراغ" جلوگیری کرد؟

- دست های خود و کودکتان را قبل از دادن شیر یا غذا و پس از آن بشویید.
- غذا ها را در دمای مناسب نگهداری کنید
- میوه و سبزیجات را ضدعفونی و سپس میل کنید.
- از آب آشامیدنی سالم استفاده کنید.

چگونه پس از ترخیص از فرزندم مراقبت کنم؟

- ۱- در نظر گرفتن بهداشت فردی
- ۲- آماده سازی غذا به روش بهداشتی
- ۳- توجه دقیق به بهداشت ناحیه مقعد
- ۴- دفع صحیح پوشک آلوده