



واحد آموزش به بیمار بیمارستان فوق تخصصی دکتر شیخ
موضوع: بیماری گاستروانتریت (اسهال و استفراغ)





اسهال چیست؟

در اصطلاح به حالتی گفته می‌شود که مدفوع کودک بیش از حد آبکی بوده و کودک به واسطه همین آبکی بودن و تعدد مدفوع، آب بدن خود را از دست می‌دهد.

اسهال یکی از راه‌های دفاعی بدن برای رهایی از شر عوامل بیماری‌زا مانند میکروب‌ها، قارچ‌ها و ویروس‌ها است. اسهال انواع مختلفی دارد و ممکن است چند روز تا حتی چند هفته هم ادامه پیدا کند. به دلیل کم شدن آب بدن، کودکی که دچار اسهال است ممکن است با عوارضی مانند بی‌حالی، خستگی و خواب‌آلودگی مفرط، تب، استفراغ و حالت تهوع روبرو باشد.

برخی از عوارض اسهال مانند تب بسیار خطرناک بوده و نیاز به درمان اسهال کودک و توجه فوری دارد





استفراغ چیست؟

استفراغ به حالتی گفته می شود که محتویات معده به داخل دهان برگردد.

استفراغ می تواند نشانه‌ی بعضی از بیماری‌ها باشد و زمانی اتفاق می افتد که معده یا روده ها دچار عفونت یا التهاب باشند. در کودکان، استفراغ باعث می شود که کودک به سرعت آب بدن خود را از دست بدهد.

علت استفراغ

در کودکان این بیماری به علت ویروس، باکتری یا انگل ایجاد می شود که شایع ترین علت ایجاد آن ویروس می باشد. از علل دیگر ایجاد این بیماری، مصرف بعضی از داروها، مسمومیت غذایی و انسداد روده می باشد.





شیگلوز چیست؟

نوعی بیماری باکتریال دستگاه گوارش است .

راه انتقال:

بیماری بیشتر در کودکان ۱ تا ۱۰ سال دیده می شود. (از راه مدفوعی - دهانی)
این ارگانیزم بر روی سطح اشیای بی جان زنده می ماند بنابراین انتقال آن در مراکز نگهداری کودکان و داخل خانواده ها تسهیل می یابد. انسان و بعد از آن آب آلوده می تواند مهمترین منبع آلودگی باشد

تظاهرات بالینی :

ابتدا تب و سپس

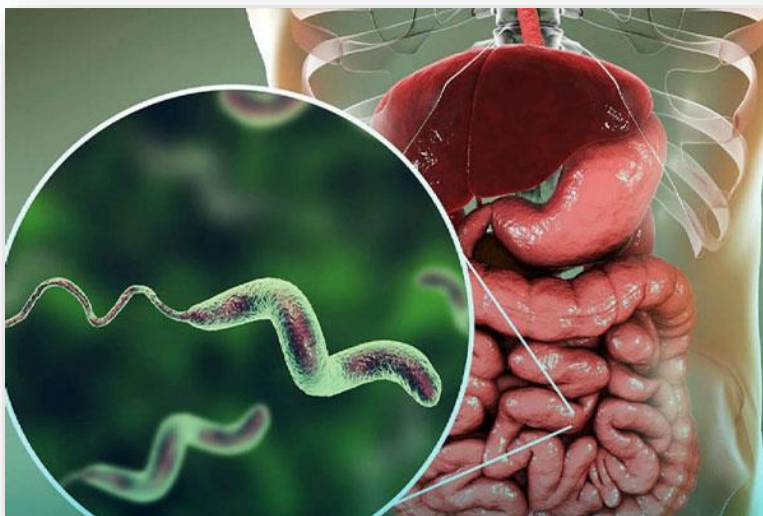
کرامپ

درد شکم

اسهال آبکی همراه خون و بلغم

تمایل زیاد به اجابت مزاج

حساسیت منتشر قسمت تحتانی شکم





علل بیماری :

فاکتورهای زیادی می‌تواند در شکل‌گیری اسهال شدید در کودکان دخیل باشد. برخی از این عوامل رایج از قرار زیر هستند:
عفونت‌های باکتریایی (بیماری شیگلا)

عفونت‌های ویروسی (عفونت‌های حاصل از ویروس‌هایی مانند روتاویروس، باکتری‌هایی مانند سالمونلا و انگل‌هایی مانند ژiardیا. ویروس‌ها اصلی‌ترین دلیل اسهال کودکان به‌شمار می‌روند)

مشکل در هضم برخی مواد غذایی (عدم تحمل غذا)

واکنش سیستم ایمنی بدن به بعضی غذاها (آلرژی غذایی)

پارازیت‌ها و انگل‌هایی که از طریق غذا و آب وارد بدن می‌شوند

واکنش‌های دارویی (داروهایی مانند مسهل‌ها و آنتی‌بیوتیک‌ها در کودکان نیز مانند بزرگسالان ایجاد آلرژی و اسهال می‌کنند)

مشکلات مربوط به فعالیت معده و روده هستند، مانند سندرم روده تحریک‌پذیر، بیماری‌های التهابی روده

مسمومیت غذایی

بیماری‌هایی مانند کرون، کولیت اولسراتیو و سلیاک

عمل جراحی معده و کیسه صفرا



علائم هشدار دهنده بیماری :

اسهال ابکی شدید

درد شدید شکم و

تب شدید

استفراغ شدید مکرر

بی قراری (بعلت تشنگی)

در صورت ادامه اسهال و عدم انجام اقدامات درمانی (جبران نشدن مایعات از دست رفته)

علائم شوک مثل بی حالی، عدم توانایی در خوردن ، تند شدن ضربان قلب و سردی انتهاها ، پوست خشک

گریه بدون اشک ظاهر می شود



روش‌های پیشگیری از بیماری اسهال کودکان

با توجه به ضعف و آسیب‌پذیر بودن سیستم ایمنی بدن نوزادان و کودکان و همچنین تعدد و تنوع بیماری‌های ویروسی و میکروبی موجود در محیط زندگی ما، تقریباً غیرممکن است که کودک ما دچار بیماری اسهال نشود؛ اما در این بین هستند راه‌هایی که بتوان با بهره جستن از آن‌ها شرایطی ایجاد کرد که کودک کمتر در معرض ابتلا به بیماری اسهال باشد. برخی از این روش‌ها در ادامه برای شما لیست شده‌اند:

شستن دست و صورت

مطمئن شوید که کودک شما قبل از خوردن وعده غذایی و پس از رفتن به سرویس بهداشتی، دست و صورت خود را به خوبی شستشو دهد. شستن دست احتمال بروز اسهال ناشی از بیماری‌های عفونی و واگیردار و محیطی را به شدت کاهش می‌دهد.

ناخن کودکان را مرتب کوتاه کنید

کودکان و نوزادان عادت دارند که با انگشتان و ناخن‌های دست و پای خود بازی کرده و آن‌ها در دهان خود قرار دهند. ناخن‌ها محلی امن برای تجمع عوامل بیماری‌زا هستند.

کاشت ناخن و ناخن بلند و عدم رعایت بهداشت دست عامل اصلی انتقال عفونت در کودکان می‌باشد





سرویس بهداشتی و آشپزخانه خود را روزانه چند مرتبه ضدعفونی کنید

پیشخوان‌ها و وسایل آشپزخانه به همراه سطوح حمام و دست‌شویی به دلیل رطوبت دائمی، مستعد تجمع عوامل بیماری‌زا هستند.

شیشه شیر کودک، میوه‌ها، سبزیجات و تمام خوراکی‌ها را قبل از خوردن کاملاً ضدعفونی کنید

شیشه شیر و تمام ظروف و خوراکی‌های مربوط به نوزاد را همواره ضدعفونی کنید. همچنین اگر حیوان خانگی دارید، ظروف غذاخوری و محل زندگی و سرویس بهداشتی حیوان خانگی خود را کاملاً از محیط کودک و نوزاد جدا کنید.



درمان:

سرم تراپی (در صورت عدم تحمل خوراکی او ار اس و کم ابی شدید)
محلول او ار اس (اشکال مختلف به صورت پودر، قرص جوشان و محلول آماده)

داروهای ضد تهوع در صورت صلاحدید و تجویز پزشک

پروبیوتیک ها (در پروبیوتیک ها باکتری های سالمی موسوم به لاکتوباسیل زندگی می کنند که به بهبود سریع دستگاه گوارش کودک کمک می کنند. مهم ترین منبع غذایی حاوی پروبیوتیک در دسترس برای کودکان، ماست است. همچنین انواع مکمل های پروبیوتیک در قالب کپسول، قرص و گرانول در دسترس هستند.)





کم آبی بدن کودک در اثر اسهال

کم آبی یکی از نگران کننده ترین عوارض اسهال در کودکان است. کم آبی شدید نوزاد را مستعد بروز تشنج، آسیب به مغز و یا حتی مرگ می کند.

در صورت اسهال کودک شش ماهه و کمتر، از شیر مادر و محلول های موسوم به **او آر اس** برای تغذیه و رفع کم آبی بدن نوزاد استفاده کنید.

آب معمولی نمی تواند همه نیازهای بدن به مواد معدنی مانند سدیم، پتاسیم و سایر مواد مغذی کافی را به بدن کودک دلبد شما برساند





روش تهیه محلول او.آر.اس:

پس از شستن دست‌ها تمام پودر محتوی یک بسته او.آر.اس را در یک ظرف تمیز بریزید و ۴ لیوان آب آشامیدنی سالم که معادل یک لیتر می‌باشد (تصفیه شده یا جوشیده) به آن اضافه کنید. محلول را خوب به هم بزنید که پودر کاملاً در آب حل شود.

از مخلوط کردن پودر او.آر.اس با دوغ، شیر خشک یا هر مایع دیگری به جز آب جدا خودداری کنید.

محلول ORS باید بلافاصله قبل از مصرف تهیه شود

این محلول فقط برای ۲۴ ساعت در یخچال قابل نگهداری است و در صورت باقی ماندن آن پس از ۲۴ ساعت، با ید محلول اضافی دور ریخته شده و دوباره تهیه شود.



تهیه محلول
ORS
Kasra Medic





روش مصرف محلول او.آر.اس

معمولا برای هر بار دفع مدفوع اسهالی به ازای هر کیلو گرم وزن بدن کودک ۱۰ سی سی از محلول او.آر.اس به کودک داده می شود.

به عنوان مثال اگر کودک شما ۱۰ کیلو می باشد، به ازاء هر نوبت اجابت مزاج ۱۰۰ سی سی معادل نصف لیوان، جرعه جرعه و به آرامی و یا به وسیله سرنگ به کودک او.آر.اس خورانده شود.

روش خوراندن او.آر.اس به این صورت است که با سرنگ بدون سرسوزن یک سی سی از محلول را به کودک خورانده، ۵ دقیقه صبر کرده و در صورت استفراغ نکردن یک سی سی دیگر به وی خورانده شود و به تدریج فاصله زمانی خوراندن او.آر.اس کم شود.

چنانچه کودک همزمان با اسهال، استفراغ هم دارد باید او.آر.اس را در حجم کم و فواصل مکرر به او داد. (برای تنظیم مقدار او.آر.اس مصرفی می توان از سرنگ بدون سرسوزن استفاده کرد).

حتما همزمان با مصرف او آر اس آب هم به کودک داده شود و همزمان شیرمادر ادامه یابد .

رژیم غذایی :

شیر مادر

شیر خشک بدون قند (ال اف، گاسترو فیکس)

ماست پروبیوتیک

دوغ بدون گاز

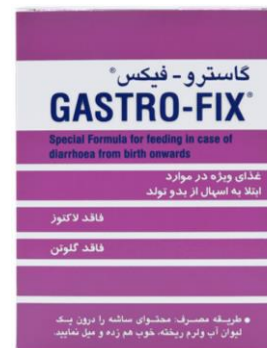
سوپ مقوی حاوی گوشت مرغ و هویج و برنج

موز نارس

برنج کته

عدم مصرف آب میوه های صنعتی، نوشابه ، قهوه ، شیرینی ، کیک ، کلوچه ، شکلات، بستنی ، پاستیل

لطفاً غذا و مایعات و شیر را با حجم کم و دفعات بیشتر داده شود





در چه صورت باید به دکتر گوارش مراجعه شود؟

کودک بسیار بیمار، بی حال و کوفته به نظر برسد

شکم درد

استفراغ مکرر

عدم تمایل به خوردن مایعات

دهان خشک و چسبنده

کاهش وزن

کاهش دفعات ادرار

گریه بدون اشک

بیماری بیش از ۳ روز به طول انجامیده باشد

اسهال کودک ۸ ماهه و کمتر

استفراغ سبز یا زرد خونی



استفراغ بیش از ۲ بار در شبانه روز

اسهال همراه با تب در کودکان. داشتن تب دائمی بالای ۳۸ درجه سانتی گراد به همراه سن زیر ۶ ماه (دمای بدن کودک باید توسط دماسنج مقعدی تعیین شده باشد)

صورت و چهره کودک کم‌آب به نظر می‌رسد

مدفوعش خونی است

سن کودک زیر یک ماه بوده و سه بار یا بیشتر در طول ۱ روز اسهال داشته باشد

کودک در هشت ساعت بیش از ۴ بار مدفوع اسهالی داشته و به اندازه کافی مایعات نمی‌نوشد

سیستم ایمنی ضعیفی داشته باشد

بثورات پوستی داشته باشد

بیش از دو ساعت معده درد داشته باشد

اسهال بدبو در کودکان

اسهال همراه با خون

اگر نوزاد است ظرف ۶ ساعت و اگر کودک است ظرف ۱۲ ساعت ادرار نداشته باشد