



## آموزش به بیمار

### استفراغ



دانشگاه علوم پزشکی مشهد  
بیمارستان کودکان دکتر شیخ  
واحد آموزش به بیمار

کد سند: DSKH-PAM011

تاریخ تدوین: بهمن ۹۳ بازنگری نهم: خرداد ۱۴۰۴

بازنگری بعدی: خرداد ۱۴۰۶

منبع:

<http://www.nursingconsult.com>



برای دسترسی به مطالب آموزشی  
بیشتر و فیلم آموزشی بارکد را اسکن  
کنید

در صورت بروز هرگونه مشکل در مراقبت از کودک  
خود، می‌توانید همه روزه با پرستاران مجرب حاضر  
در کلینیک پرستاری آموزش سلامت واقع در  
درمانگاه بیمارستان دکتر شیخ به صورت حضوری یا  
از طریق تلفن زیر مشاوره دریافت فرمایید:

تلفن تماس: ۳۷۲۶۹۰۲۱ داخلی ۲۰۲

• در صورت عدم استفراغ پس از چند ساعت، می‌توانید  
سوپ تازه و ساده را به رژیم غذایی کودک اضافه  
کنید.

- از روز بعد در صورت تحمل تغذیه؛ علاوه بر  
مایعات فوق، کته با ماست و کته با آب مرغ به  
رژیم غذایی کودک اضافه نمایید.
- چند روز بعد از بهبود، آب گوشت و غذاهای  
معمولی را به غذاهای کودک اضافه کنید.

**توجه کنید که:**

**اگر جهت تغذیه کودک عجله داشته باشید چون معده**

**کودک هنوز به حالت اول بازنگشته است، ممکن است**

**مجددا دچار استفراغ شود.**

**در صورت بروز علائم زیر به پزشک مراجعه کنید**

- استفراغ کودک بهتر نشده باشد و طی ۱۲ ساعت بعد بدتر  
شود.
- علائم کم آبی شامل تشنگی، کم شدن اشک، خشکی لب  
ها، کاهش حجم ادرار، تیره شدن رنگ ادرار، سردرد و  
سرگیجه در کودک ایجاد شود
- استفراغ کودک سبز رنگ یا همراه با خون شود.
- در مدفوع کودک خون دیده شود یا رنگ مدفوع وی تیره  
شود.
- کودک ۸-۶ ساعت ادرار نداشته باشد یا مقدار ادرار وی  
کم و تیره رنگ باشد.
- کودکان کوچکتر از ۳ ماه که تب نیز دارند.

این پمفلت شامل اطلاعاتی در مورد مراقبت و درمان از کودک شما است. امیدواریم با رعایت نکات ذکر شده در آن شاهد بهبودی کودکتان باشیم.



### استفراغ چیست؟

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

استفراغ می تواند نشانه ی بعضی از بیماری ها 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.

### تشخیص

- جهت تشخیص این بیماری، کودک باید توسط پزشک معاینه شود.
- اگر استفراغ بیشتر از چند روز طول کشید باید از کودک آزمایش خون، آزمایش ادرار، آزمایش مدفوع و عکسبرداری انجام شود.

### درمان

- این بیماری اغلب بدون نیاز به انجام اقدام خاصی بهبود می یابد اما اگر بدن کودک کم آب شده باشد کودک باید بستری و مایعات از طریق سرم برای وی جایگزین شود. ممکن است برای کودک محلول (او.آر.اس) تجویز شود که باید در مقدار کم و به دفعات زیاد به کودک بخورانید.



### روش تهیه محلول او.آر.اس:

یک بسته حاوی ORS را در ۴ لیوان آب جوشیده سرد شده حل کرده و در یخچال نگداری کنید

### مراقبت در منزل

- توجه داشته باشید که کودک باید مایعات به اندازه کافی مصرف کند به طوری که ادرار وی شفاف و روشن باشد.
- اگر کودک اشتها ندارد، او را به زور مجبور به خوردن نکنید.
- فقط داروهایی که توسط پزشک تجویز شده است به کودک خود بدهید.
- اگر برای کودک داروی چرک خشک کن شروع شده است، دوره درمان آن را کامل کنید.

### شروع تغذیه پس از استفراغ

- ابتدا به معده کودک به مدت نیم تا یک ساعت استراحت داده شود.
- پس از گذشت نیم تا یک ساعت از آخرین استفراغ کودک، می توانید رژیم مایعات شامل او.آر.اس، شیرمادر، دوغ و آب را به تدریج و با حجم کم شروع کنید.