

شروع تغذیه کودک پس از رفع استفراغ

- ابتدا به معده کودک به مدت نیم تا یک ساعت استراحت داده شود.
 - شروع رژیم مایعات شامل او.آر.اس، شیرمادر، دوغ و آب به تدریج و با حجم کم
 - در صورت عدم استفراغ پس از چند ساعت؛ سوپ تازه و ساده
- سوپ ساده: حاوی آب، کمی برنج، گوشت مرغ پخته و هویج همراه با کمی کره و نمک و ترجیحا بدون سبزی می باشد.**
- از روز بعد در صورت تحمل تغذیه؛ علاوه بر مایعات فوق، کته با ماست و کته با آب مرغ به رژیم غذایی کودک اضافه شود.
 - چند روز بعد از بهبود، آب گوشت و غذاهای دیگر را به غذاهای کودک اضافه کنید.
- توجه داشته باشید که همه مواد باید به مرور و با حجم کم به کودک داده شود.**



توجه:



اگر جهت تغذیه کودک عجله داشته باشید چون معده کودک هنوز به حالت اول بازنگشته است، ممکن است مجددا دچار استفراغ شود.