



بیمارستان تخصصی و فوق تخصصی گلزار

اسهال در کودکان چیست؟



تحت نظارت کارگروه آموزش بیماربخش کودکان

تدوین: خرداد ۱۴۰۱

بازنگری: خرداد ۱۴۰۵

ایمیل بیمارستان

info@golsarhospital.ir

سایت بیمارستان

www.golsarhospital.ir

شماره تلفن: ۰۱۳-۳۴۹۰۰۰

آدرس: رشت - گلزار - بلوار سمیه

کد پمفلت: T۹-AC-۰۳

- پس از هر بار تعویض پوشک یا لباس های کودک دستان خود را با آب و صابون بشویید.
- به هیچ عنوان دمای کودک از طریق مقعد اندازه گیری نکنید.
- تعداد دفعات تعویض پوشک را از نظر میزان ادرار بررسی نمایید.

در صورت بروز علائم هشدار زیر به پزشک یا اورژانس بیمارستان مراجعه نمایید:



- افزایش شدت اسهال
- بی قراری
- بی حالی
- تشنگی زیاد
- بی اشتها
- کاهش دفعات ادرار
- خواب آلودگی
- خشکی لب و دهان کودک

پیگیری و ویزیت مجدد:



در زمان مقرر جهت ویزیت به پزشک معالج مراجعه نمایید.



در صورت داشتن هرگونه سوال در زمینه مراقبت های منزل با شماره تماس ۰۱۳-۳۴۹۰۰ داخلی بخش مربوطه تماس حاصل نمایید.

منبع: پرستاری کودکان / کودک بیمار ۱۴۰۱

تغذیه کودک:



- اگر کودک شیر خوار از شیر مادر تغذیه می کند، شیر مادر را ادامه دهید زیرا شیر مادر مدت و شدت بیماری را کاهش می دهد.
- اگر کودک شیرخوار از شیر خشک استفاده می کند و تحمل می کند ادامه دهید. در صورت عدم تحمل به قند موجود در شیرخشک (لاکتوز) با مشورت پزشک از شیرخشک بدون لاکتوز یا کم لاکتوز استفاده کنید.
- در مورد کودکان بزرگتر از سوپ و مایعات خانگی استفاده کنید و در صورت تحمل همان غذای معمولی را برای کودک ادامه دهید.
- از خوراندن هر گونه مواد شیرین مانند آب میوه صنعتی (حتی آب سیب) و نوشابه های حاوی کولا به دلیل افزایش دفع مایعات بدن خودداری نمایید.

سایر مراقبت ها:

- مرتب دستان خود و دستان کودک را با آب و صابون شستشو نمایید.
- غذای کودک را به روش بهداشتی تهیه و نگهداری کنید.
- کلیه وسایل شخصی کودک یا شیر خوار مبتلا را (اسباب بازی، پستانک، شیشه شیر، لباس) قبل و بعد از استفاده باید با آب و صابون بشویید.
- در زمان اسهال پوشک کودک را زود به زود تعویض نمایید. می توانید از پماد اکسید دوزنگ برای محافظت پوست این ناحیه استفاده نمایید.
- نواحی از پوست ناحیه پرینه کودک را که در اثر اسهال قرمز شده را بیشتر در معرض هوا قرار دهید.

اسهال چیست؟

افزایش تعداد دفع و میزان آب مدفوع نشان دهنده اسهال است. و بر اساس شدت، سن کودک و وجود خون و وضعیت تغذیه ای کودک متفاوت است. بیشترین خطری که در ارتباط با اسهال کودک وجود دارد، کم آبی و اختلال عناصر مهم بدن کودک است. اسهال دو نوع حاد و مزمن دارد.

اسهال حاد:

معمولا به دنبال عوامل عفونی مانند ویروس ها، باکتری ها، انگل ها ایجاد می شوند، بهداشت ضعیف، غذا و آب آلوده، آنتی بیوتیک ها و مسهل ها نیز موجب اسهال می شوند. این نوع از اسهال کمتر از ۲ هفته طول می کشد و خود بخود بهبود می یابد. اسهال ناگهانی گاه با عفونت سیستم تنفسی فوقانی و عفونت ادراری همراه است.

اسهال مزمن:

غالبا به دنبال عواملی مشکلات سوء جذب، بیماریهای التهابی روده، نقص ایمنی و همچنین عوامل ناشناخته ایجاد می شود. درمان ناکافی اسهال حاد نیز می تواند اسهال مزمن را منجر شود. این نوع اسهال بیش از دو هفته طول می کشد.

راههای انتقال اسهال کدامند؟

در اسهال غالبا عوامل بیماریزا از طریق مدفوعی-دهانی، آب و غذای آلوده، تماس با فرد یا وسایل شخص(شامل اسباب بازی، پستانک، پوشک، شیشه شیر، لباس کودک و ...) مبتلا به اسهال منتقل می گردد. این بیماری به راحتی در مکانهایی که تماس با افراد زیاد و ارتباط نزدیکتر است مانند **مهد کودک ها** شیوع پیدا می کند.

از عوامل شایع اسهال در کودکان :

از عوامل شایع اسهال در کودکان می توان به: عفونت های روده ای(باکتری ها، ویروس ها)، سندرم عدم تحمل قند لاکتوز شیر، حساسیت های غذایی، مصرف برخی از آنتی بیوتیک ها، بیماریهای روده، استرس، جراحی را نام برد.

اسهال ویروسی: ویروس ها شایعترین عامل عفونی در اسهال خردسالان هستند. ویروس ها در فصل سرد شایع ترند. به صورت ناگهانی بروز می کنند، همراه با علایم دیگر مانند تب، تهوع و استفراغ، درد شکم می باشد و به طور همزمان ممکن است عفونت سیستم تنفسی نیز وجود داشته باشد. و از دلایل مهم عفونت های گوارشی در مهد کودک ها هستند.

اسهال باکتریایی: عفونت های باکتریایی بیشتر در فصول گرم (تابستان) شایعند. بیشتر در انتقال بین فردی و گاه از طریق اشیاء وجود داشته باشد. شروع ناگهانی یا تدریجی دارند. با استفراغ، تب، درد و نفخ شکم همراه است.

کودکان و شیرخواران در صورت ابتلا به اسهال در

معرض خطر کم آبی بدن هستند.



علایم کم آبی کودک در اسهال :

اسهال خفیف:



- کودک کمی بی قراری دارد
- تشنگی و خشکی پوست و مخاط به تدریج افزایش می یابد
- میزان ادرار طبیعی است

اسهال متوسط:



- بی قراری
- خواب آلودگی (در شیر خواران و کودکان کم سن)
- تشنگی زیاد
- ادرار کم می شود
- پوست و مخاط کاملا خشک است.
- چشم ها گود افتاده
- ملاح فرورفته

اسهال شدید:



- خواب آلودگی (در شیر خواران و کودکان کم سن)
- ادرار کم یا اصلا وجود ندارد.
- تشنگی بسیار زیاد(مگر اینکه کودک خواب آلوده باشد).
- ملاح فرو رفته
- دست و پاهای سرد و رنگ پریده
- مخاط شدیداً خشک
- تورگورضعیف است.(وقتی پوست کودک را بین دو انگشت بالا می کشید و رها می کنید برگشت پوست خیلی ضعیف است)

چگونه از کودک در منزل مراقبت کنید؟

دارو:

- دوره درمان را کامل کنید.
- در صورت تجویز آنتی بیوتیک، با کاهش علایم کودک دارو را بدون مشورت پزشک قطع نکنید.