



هوا خشک شود و نباید پوست دارای زخم با مواد ضدعفونی کننده مثل الکل تمیز شود.

۷. کنترل تب باید به طور صحیح انجام شود.

۸. از تجویز داروی ضد اسهال برای کودک خودداری کنید.

۹. از مصرف غذاهای مشکوک که بیرون فروخته می شوند اجتناب کنیم. غذاهای آماده بخصوص سوسیس و ساندویچ نباید زیاد به بچه ها داد.

۱۰. اگر در مواردی به آلودگی آب مشکوک شدیم، آب را ۱۰ تا ۱۵ دقیقه بجوشانیم.

۱۱. غذا باید تازه تهیه شود و غذای بچه ها را بیرون از یخچال نگهداری کنیم.

**منابع:** کتاب راهنمای بالینی پرستاری کودکان

با آرزوی بهبودی و سلامتی روزافزون

تلفن تماس: ۰۸۶۴۴۲۲۴۱۱۴

▪ کودکی که کوچک تر از ۶ ماه سن دارد یا وزنی کم تر از ۸ کیلوگرم دارد.

▪ دچار اسهال خونی بود.

در صورت ابتلای کودک به این بیماری چه مواردی را باید رعایت نمود؟

۱. سطوحی که کودک با آن در ارتباط است و مکان هایی که کودک بیمار آن را لمس کرده است همیشه تمیز نگه دارید.

۲. دست های خود و کودکان را مکررا بشوید (قبل از دادن دادن شیر یا شروع تهیه غذا، پس از مصرف غذا، قبل و بعد از اجابت مزاج)

۳. از پوشک یکبار مصرف استفاده شود.

۴. پوشک کودک محکم تر بسته شود تا مدفوع به اطراف پخش نشود.

۵. تخت و تشک کودک در هنگام بستری در بیمارستان یا در منزل باید از طریق محلول های ضدعفونی کننده جهت پیشگیری از انتشار عفونت ضدعفونی شود. اسهال عفونی تا چند هفته می تواند مسری باشد.

۶. مراقبت از پوست اطراف باسن بسیار لازم است چون در اسهال پوست باسن در معرض تحریک شدید قرار می گیرد و باید پوشک تعویض و باسن بعد از هر بار دفع با آب و صابون ملایم شسته شود و از پماد مطابق دستور پزشک برای محافظت پوست استفاده شود. اگر پوست قرمز شد در معرض

**گاستروآنتریت همان اسهال و استفراغ است که عامل ایجاد آن میکروب ها، غذاهای مسموم، با مصرف آب ناسالم است.**

اسهال به مدفوع شل و آبکی که در طول روز سه یا چند بار اتفاق می افتد گویند.

### علائم شایع بیماری

▪ تهوع و استفراغ

▪ بی اشتها

▪ تب

▪ ضعف

▪ دلی پیچه، درد یا حساس بودن شکم هنگام لمس

▪ کم آبی

در اثر اسهال استفراغی که در این بیماری ایجاد می شود، مایعات و مواد شیمیایی بدن که به نام الکترولیت ها خوانده می شود از دست می رود. اگر کودک مایعات و الکترولیت های زیادی از دست بدهد، ممکن است دچار کم آبی شود و اگر این کم آبی درمان نشود بسیار خطرناک است.

### علائم کم آبی در کودکان

▪ کاهش ادرار

▪ تیره شدن رنگ ادرار

▪ خستگی و بی حالی

▪ خشکی زبان

▪ کاهش اشک

▪ عطش شدید به آب

### گاستروآنتریت چگونه درمان می شود؟

▪ موارد خفیف نیازی به بستری ندارند و در منزل درمان می شوند

▪ باید به کودک محلول های خوراکی یا ORS بدهید تا میزان مایعات و الکترولیت های از دست رفته جبران شود.

▪ بهتر است ORS را از داروخانه خریداری کنید و همیشه در خانه داشته باشید و در مواردی که کودک بیمار شد از آن استفاده کنید.

▪ اگر کودک شیرخوار است (شیر مادر یا شیر خشک) به شیردهی ادامه دهید و اگر غذا می خورد بعد از دریافت ORS به او غذا بدهید.

▪ به دلیل نخوردن ORS توسط کودک ه آن قند اضافه نکنید.

▪ از خوردن چربی و قند زیاد خودداری کنید.

▪ غذاهای کودک را به رژیم خاصی (شامل موز، برنج، آب سیب و نان) محدود نکنید.

▪ مایعات زیاد به شیر خشک کودک اضافه نکنید

▪ از دادن مایعاتی نظیر نوشابه، آبگوشت جوجه و یا آب میوه خودداری کنید

### میزان ORS چقدر باشد؟

با استفاده از سرنگ یا قاشق می توانید هر ۵ دقیقه تا زمانی که کودک اسهال و استفراغ دارد بترتیب زیر به او ORS بدهید. در هر بار اسهال به ازای هر کیلوگرم از وزن بدن ۱۰ سی سی و در هر بار استفراغ به ازای هر کیلوگرم از وزن بدن ۵ سی سی محلول ORS موردنیاز است. برای تهیه محلول ORS هر بسته را با چهار لیوان آب مخلوط و در یخچال نگهداری کنید. بعد از بهبودی کودک می توانید رژیم غذایی معمول او را شروع کنید.

### چه زمانی باید به پزشک مراجعه نمود؟

اگر کودک در مدت ۲۴ ساعت بعد از شروع ORS بهبود پیدا نکرد یا اگر برای دادن ORS به کودک با مشکل مواجه شدید (مثلا دادن این محلول تاثیری روی او نداشت یا دادن آن به کودک بسیار سخت بود یا نتوانست آن را بخورد) حتما به پزشک اطلاع دهید.

▪ چشمان نیمه بسته، اشک یا بزاق کمتر از حد معمول، افزایش خواب آلودگی یا بیقراری

▪ تب (تب بالای ۳۸ درجه یا بیشتر در کودکانی که سه ماهه یا کوچک تر هستند و تب ۳۹ درجه یا بالاتر در کودکان بزرگ تر)