

## ❖ شرح بیماری

عبارت است از التهاب و عفونت لوله گوارش که غالباً می‌تواند باعث به هم خوردن ناگهانی و گاهی شدید وضعیت گوارشی شود. گاستروانتریت (اسهال و استفراغ) در تمام سنین روی می‌دهد اما در کودکان کم سن و سال (5-1 سال) و افراد بالای 60 سال شدیدتر است.



## ❖ علائم

- ✓ تهوع و گاهی استفراغ
- ✓ بی‌اشتهایی
- ✓ تب
- ✓ ضعف
- ✓ دل‌پیچه، درد، یا حساس بودن شکم هنگام لمس
- ✓ اسهال که می‌تواند از روزانه 2-3 بار اجابت مزاج شل تا تعداد زیادی اجابت مزاج آبکی متغیر باشد.

## ❖ علل شایع

از علل ایجاد این عارضه به موارد زیر می‌توان اشاره نمود:

- ✓ انواع مختلفی از ویروس‌ها، باکتری‌ها، یا انگل‌ها که غذا یا آب را آلوده می‌کنند.
- ✓ مصرف داروهای مسهل قوی
- ✓ تغییر در باکتری‌هایی که معمولاً در روده‌ها وجود دارند
- ✓ وجود سموم شیمیایی در بعضی گیاهان، غذاهایی دریایی یا غذاهای آلوده

## ❖ عوامل خطر

- ✓ افراد بالای 60 سال
- ✓ نوزادانی یا شیرخوارانی
- ✓ رژیم غذایی نامناسب
- ✓ سوء مصرف الکل
- ✓ مسافرت به مناطق نامناسب از نظر بهداشتی
- ✓ مصرف بعضی داروها

## ❖ عواقب مورد انتظار

- ✓ استفراغ و اسهال معمولاً در عرض 2-5 روز برطرف می‌شود، اما بزرگسالان ممکن است تا یک هفته دچار ضعف و خستگی باشند.

## ❖ عوارض احتمالی

به دنبال این بیماری کم‌آبی شدید که نیازمند مایع درمانی و حتی تزریق سرم باشد تنها عارضه این بیماری می‌باشد.

## ❖ تشخیص و درمان

پس از شرح حال و معاینه اقدامات تشخیصی ممکن است شامل آزمایش خون و مدفوع باشد. درمان معمولاً حمایتی است (استراحت، مایعات). معمولاً لزومی ندارد افرادی که گاستروانتریت (اسهال و استفراغ) غیر عفونی دارند از بقیه جدا شوند.

## ❖ فعالیت

✓ تا زمانی که تهوع، استفراغ، اسهال و تب برطرف نشده باشند در رختخواب استراحت کنید.

## ❖ رژیم غذایی و تغذیه

به دنبال اسهال و استفراغ رژیم غذایی خود را به صورت زیر تنظیم نمایید:

- ✓ مایعات رقیق بنوشید.
- ✓ پس از متوقف شدن اسهال و استفراغ، مقادیر کمی از مایعات رقیق مانند چای و سوپ رقیق بنوشید.



دانشگاه علوم پزشکی

وخدمات بهداشتی درمانی هرمزگان

**بیمارستان نیاپور خمیر**



**راهنمای بیمار اسهال و استفراغ در کودکان**

شناسنامه پمفلت آموزشی کد: ED-PM-002-02	
عنوان	راهنمای بیمار اسهال و استفراغ در کودکان
تهیه کننده	واحد آموزش
سال بازنگری	بهار 1404
ناظر کیفی	سوپروایزر آموزشی
تایید کننده	خانم دکتر دهقانی و کمیته آموزش به بیمار

برای بعضی از باکتری‌ها و انگل‌ها درمان آنتی بیوتیکی اختصاصی مورد نیاز باشد.

### ❖ در چه شرایطی به پزشک مراجعه نمایید؟

- ✓ تورم شکم
- ✓ وجود مخاط یا خون در اجابت مزاج
- ✓ تب بالا
- ✓ استفراغ و اسهال پس از درمان
- ✓ در صورت بروز علائم کم‌آبی مانند خشکی دهان، پوست چروکیده، تشنگی زیاد، یا کاهش ادرار، چشمان گود افتاده
- ✓ درد شدید در شکم یا راست روده، خصوصاً دردی که از وسط شکم شروع شود و تدریجاً به قسمت پایینی شکم در سمت راست تغییر مکان دهد.
- ✓ سن کمتر از 6 ماه
- ✓ در صورت بروز عدم تحمل خوراکی (استفراغ‌های مکرر)

✓ اگر تا 12 ساعت بعد از مصرف مایعات مشکلی پیش نیامد، مقادیر کمی از غذاهای نرم مانند غلات، برنج، تخم‌مرغ، یا سیب‌زمینی پخته شده، و ماست بخورید.

✓ اگر تا 2-3 روز با غذاهای نرم مشکلی پیش نیامد، تدریجاً رژیم عادی خود را از سر بگیرید.

✓ از خوردن یا آشامیدن موارد زیر تا چند روز بعد خودداری کنید:

الکل، غذاهای پر ادویه (پیتزا، اسپاگتی، پیاز)، سس گوشت، سبزیجات و میوه‌های خام، سس سالاد، قهوه و شیر، آب‌میوه‌های صنعتی

✓ به کودک غذاهای پتاسیم‌دار مانند: موز نارس و سیب زمینی بدهید.

✓ برای جبران آب از دست رفته کودک به وی مایعات مانند دوغ و ا.آ.اس (ORS) بدهید.

### ❖ داروها

✓ معمولاً هیچ دارویی مورد نیاز نیست، اما اگر گاستروانتریت (اسهال و استفراغ) شدید یا طولانی‌مدت باشد، امکان دارد داروی ضد تهوع و گاهی ضد اسهال تجویز شود. همچنین امکان دارد