

گاستروآنتریت (اسهال و استفراغ) چیست؟

گاستروآنتریت، التهاب معده و روده را می گویند که موجب اسهال و استفراغ یا هر دو می شود و در کودکان شایع تر و خطرناک تر است.

اسهال چیست؟

افزایش در دفعات اجابت مزاج، افزایش در مقدار مدفوع یا تغییر در قوام مدفوع را گویند.

استفراغ چیست؟

بازگشت مواد غذایی هضم نشده از معده را گویند.

علت گاستروآنتریت چیست؟

علت ممکن است ویروسی یا میکروبی باشد:

گاستروآنتریت ویروسی: دوره بیماری معمولا کمتر از یک هفته است، کودک ممکن است استفراغ هم داشته باشد که گاهی با تب همراه است

گاستروآنتریت میکروبی: طول مدت بیماری بیشتر است . بیمار تب دارد، گاهی اسهال خونی دیده می شود و دردهای شکمی هنگام دفع وجود دارد.

علائم بیماری:

اسهال، استفراغ، بی اشتها، درد شکم، ضعف و تب.

اگر کودک علائم زیر را داشته باشد باید فوراً به

پزشک مراجعه نماید:

درد شکم، عدم تحمل غذا ، امتناع از نوشیدن، فرورفتگی چشم ها ، خواب آلودگی غیر عادی ، ادرار نکردن یا ادرار کردن به میزان کم ، خشک بودن زبان، استفراغ، اسهال مکرر و اسهال خونی.

درمان بیماری:

پزشک کودک شما را معاینه می کند و تصمیم می گیرد که درمان در منزل یا بیمارستان انجام شود.

درمان در منزل معمولاً شامل:

رعایت رژیم اسهالی با وعده های غذایی بیشتر در فاصله کمتر (شیر مادر، سوپ، کته ماست، موز، سیب، مایعات غیر شیرین)، تهیه ی محلول ORS طبق نظر پزشک مصرف داروهای تجویز شده خوراکی.

درمان در بیمارستان معمولاً شامل:

اجرای موارد بالا به علاوه ی سرم درمانی، آنتی بیوتیک درمانی، انجام آزمایشات تشخیصی (مدفوع، ادرار، خون) با نظر پزشک است.

دادن شیر مادر به شیر خوار، خود مهمترین

عامل کاهش ابتلا به اسهال در شیرخواران است.

پیشگیری از بیماری

- ❖ پیشگیری از گسترش اسهال و استفراغ میکروبی آسانتر است مثلاً ظروف تغذیه کودک و اسباب بازی های او را قبل از استفاده شستشو و ضدعفونی کنید . سعی کنید همه ی اعضاء خانواده بهداشت شخصی خود را دقیقاً رعایت کنند.
- ❖ غذا ها را در دمای مناسب نگهداری کنید اگر به کودک تخم مرغ می دهید آنرا بجوشانید تا کاملاً سفت شود و مرغ را خوب بپزید.
- ❖ نمی توان از آلوده شدن کودک به ویروس های ایجاد کننده ی اسهال و استفراغ پیشگیری کرد اما پس از آلودگی کودک نسبت به ویروس خاصی که باعث بیماری شده، مصونیت می باشد.

رعایت بهداشت فردی

- ❖ دست های خود و کودکان را قبل از دادن شیر یا شروع تهیه غذا، پس از مصرف غذا، قبل و بعد از اجابت مزاج با آب و صابون بشویید.
- ❖ میوه و سبزیجات را ضدعفونی شده مصرف نمایید.
- ❖ از دست فروشان و فروشندگان دوره گرد خوراکی تهیه نکنید.