



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی
شهید بهشتی
مرکز پزشکی، آموزشی، درمانی کودکان مفید

اسهال

مرکز پزشکی، آموزشی و درمانی کودکان مفید



اسهال :

اسهال بصورت افزایش دفعات مدفوع بیش از سه بار در روز و یا تغییر قوام (یعنی دفع مایع) و افزایش مقدار مدفوع تعریف می شود. ولی باید بدانیم که شیرخوارانی که از شیر مادر تغذیه می کنند. ممکن است تا مدتها دفع مدفوع آبکی داشته باشند. اسهال ممکن است در اثر مصرف برخی از داروها اختلالات تغذیه ای، عفونت ویروسی و باکتریایی ایجاد شود.

توصیه به مادران جهت کنترل اسهال:

- ▲ تا زمان فروکش کردن دوره حاد اسهال، کودک باید استراحت کند و مایعات و غذاهای پرکالری مصرف کند.
- ▲ اگر کودک بیمار، شیر مادر می خورد، تغذیه ادامه پیدا کند.
- ▲ غذاهای نرم مصرف کند.

- ▲ نوشابه های گازدار و قهوه را مصرف نکنند. به کودک غذاهای بسیار داغ و یا بسیار خنک ندهید. چون این غذاها حرکات روده را افزایش می دهند:
- ▲ مصرف غذاهای لبنی (بجز ماست و دوغ)، غلات، میوه های تازه و سبزی را چند روز محدود کنید.

مراقبت ناحیه اطراف مقعد:

- ▲ پاک کردن و خشک کردن آرام ناحیه بلافاصله بعد از دفع مدفوع و شستن ناحیه با آبگرم و خشک کردن آرام.
- ▲ استفاده از پمادها در ناحیه مقعد که به عنوان سد پوستی عمل کنند. مثل اکسید روی، وازلین و ویتامین A+D و باز گذاشتن کودک
- ▲ اگر اسهال کودک خفیف است تنها محلول سر خوراکی (ORS) به کودک دهید.

- ▲ اگر اسهال شدید بود کودک دچار کم آبی می-گردد و علائمی مثل تغییرات رفتاری، تب، تحریک پذیری، بیحالی، دل درد در وی پدیدار می شود. که باید کودک را سریعاً به مراکز درمانی برده تا مایعات را از طریق سرم دریافت کند.
- و در انتها اینکه در همه حال مادران محترم بهداشت فردی را اکیداً رعایت کنند.

شستن دستها عامل

مهمی در جلوگیری از

انتقال بیماریها به

کودک می باشد.