

والدین گرامی ضمن آرزوی بهبودی و سلامت برای فرزندان بمقتل حاضر جهت آشنایی بیشتر شما عزیزان در مورد نحوه مراقبت از کودک خود در منزل تهیه گردیده است. چنانچه پس از ترخیص، سوالی داشتید می توانید با این شماره ها تماس بگیرید:

۳۱۱۲۲۲۲۱ - ۳۱۱۲۱۱۴۲ (واحد حامیان بیمار)

### گاستروانتریت در کودکان چیست؟

گاستروانتریت در کودکان یک بیماری عفونی در سیستم گوارشی است که تحت تاثیر باکتری، ویروس یا انگل ایجاد می شود. گاستروانتریت در کودکان التهاب در معده و روده ها است که موجب اسهال، استفراغ، تهوع و سایر علائم ناراحتی گوارشی می شود. در کشور ما شایع ترین علل گاستروانتریت در کودکان ویروس ها هستند.

### علائم گاستروانتریت در کودکان عبارتند از:

اسهال خفیف، درد شکمی، کرامپ (سفتی) شکمی، استفراغ بی قراری، بی اشتهاپی همچنین ممکن است کودک علائمی شبیه آنفلوآنزا، از جمله تب و لرز داشته باشد که برای یک روز یا بیشتر به طول بیانجامد. ممکن است علت میکروبی باشد که اسهال خونی و درد شکمی هم از علائم این نوع گاستروانتریت می باشد.

### انواع گاستروانتریت:

#### ویروسی:

در همه کودکان سالم، عفونت های ویروسی سیستم گوارش اغلب عامل گاستروانتریت خفیف در آن ها هستند. تمام ویروس های عامل گاستروانتریت در کودکان از طریق دست هایی که مدفوع فرد آلوده یا سطوح آلوده به مدفوع را لمس کرده اند انتشار می یابند. به همین دلیل، کودکان با سن کم که به تازگی در حال یادگیری رعایت بهداشت هستند، بیشتر در معرض ابتلا به نوعی از گاستروانتریت در کودکان قرار دارند. آن ها ممکن است پوشک کثیف را لمس کنند، بعد از رفتن به دستشویی شستن دست های خود را فراموش کنند، انگشتان آلوده خود را در دهان شان قرار دهند، ناخن های خود را بچوند و یا اسباب بازی هایی که کودکان دیگر با دست های آلوده آن ها را لمس کرده اند را در دهان خود قرار دهند. والدین و پرستاران کودک نیز عامل انتقال بیماری گاستروانتریت در کودکان هستند خصوصاً اگر آن ها بعد از تعویض پوشک کودک دست های خود را به خوبی با آب و صابون نشویند. علاوه بر این، بزرگسالانی که به بیماری گاستروانتریت دچار هستند خود می توانند عفونت های ویروسی را به کودکان منتقل کنند. خصوصاً اگر آن ها غذای کودک را بدون شستن دست ها با آب و صابون آماده نمایند.

### باکتریایی:

غذایی که به درستی آماده یا نگه داری نشده می تواند محلی برای رشد باکتری ها باشد. اگر کودک غذای دارای میکروب را مصرف کند، علائم گاستروانتریت در کودکان در اثر خود باکتری ها یا سم تولید شده توسط آن ها بروز می کنند.

### انگل های روده:

انگل های روده ای می توانند از طریق دست های آلوده و آب و غذای آلوده (مثل سبزی ها و میوه های زمینی مثل توت فرنگی، کاهو و ...) به کودکان منتقل شوند و عاملی برای بیماری گاستروانتریت در کودکان باشند.

### درمان:

در بیشتر موارد گاستروانتریت در کودکان سالم خفیف بوده و به تدریج ظرف چند روز برطرف می شود. به کودک اجازه استراحت دهید. اگر کودک دچار تب خفیف شد از استامینوفن استفاده نمایید. بعد از تماس با کودک دستهایتان را بشوئید. معمولاً این بیماری در نوزادان که خطر کم آبی در آن ها بیشتر است، وخیم تر می باشد. اگر این بیماری در نوزادان دیده شد، در صورت مشاهده هرگونه علائم کم آبی به پزشک مراجعه کنید. به کودکان داروهای ضد اسهال ندهید.



**بسته آموزشی خود مراقبتی**

## گاستروانتریت

تهیه و تنظیم:

**حسین دودکانلوی میلان** (کارشناس پرستاری)

**سحرفرح سا** (کارشناس آموزش)

منابع مورد استفاده:

❖ برونر و سودارث / درسنامه پرستاری داخلی - جراحی ۲۰۲۲

/ انتشارات جامعه نگر

**تدوین: فروردین ۱۴۰۱**

دسترسی به سایت بیمارستان:

**Tabrizhospital.ir**

شماره تلفن جهت ارتباط با بیمارستان در صورت هر گونه

سوال یا راهنمایی:

۰۴۱۳۱۱۲۲۲۲۱-۰۴۱۳۱۱۲۱۱۴۲

کودکان باید تا زمانی که علائم برطرف شوند استراحت کنند. تا زمانی که اسهال ناشی از گاستروانتریت در کودکان برطرف نشده است، آن‌ها نباید به مدرسه بازگردند.

### در صورت بروز علائم زیر سریعاً به پزشک یا بیمارستان

#### مراجعه نمایید:

- تب بالای ۳۸ درجه
- تهوع و استفراغ شدید
- اسهال شدید
- دل درد و دل پیچه
- بی‌قراری کودک

اگر در مدفوع خون وجود داشت، درجه حرارت بدن کودک بالا بود، ضعف و بی‌حالی شدید وجود یا اسهال شدید وجود داشت؛ به پزشک مراجعه کنید. (عدم مراجعه به پزشک بیش از ۱۲ تا ۲۴ ساعت برای یک نوزاد و یا بیش از دو تا سه روز برای کودک بزرگ‌تر خطرناک است).

منابع مورد استفاده:

❖ برونر و سودارث / درسنامه پرستاری داخلی - جراحی / ۲۰۱۸-

انتشارات جامعه نگر

❖ مصاحبه با پزشکان بیمارستان ولیعصر تبریز

با محدود کردن رژیم غذایی کودک به مایعات رقیق ساده، اسهال و استفراغ او را درمان کنید.

پس از قطع شدن استفراغ، برای پیشگیری از کم‌آبی بدن ناشی از گاستروانتریت در کودکان، مقدار زیادی مایعات به کودک بدهید. پزشک مصرف محلول‌های آبرسان خوراکی را علاوه بر شیر مادر یا شیر خشک توصیه می‌کند. اگر مصرف به یک باره مایعات برای کودک شما تهوع آور است، او را در مصرف جرعه جرعه آن در طول زمان یاری کنید.

از مصرف آب میوه و شیر که باعث شدیدتر شدن اسهال می‌گردند پرهیز نمایید.

به تدریج یک رژیم غذایی نرمال را دنبال کنید در حالی که مصرف محلول‌های آبرسان خوراکی را ادامه می‌دهید. تغذیه با مواد غذایی سبک مانند برنج، موز و سیب زمینی را کم‌کم آغاز نمایید.

از دادن غذاهای شیرین مانند بستنی و شکلات اجتناب نمایید زیرا سبب شدت اسهال می‌گردند.

به کودک شیر گاو و یا غذاهائی که در ترکیبشان شیر گاو دارند، ندهید.

برای جلوگیری از کم‌آبی (از دست رفتن بیش از حد مایعات بدن) به کودک مقادیر زیادی مایعات رقیق صاف نظیر آب، چای، ژله آبکی بدهید.

بدون مشورت با پزشک داروهای ضد اسهال به آن‌ها ندهید. این داروها با توانایی روده در دفع ویروس‌ها، باکتری‌ها، انگل‌ها و باکتری‌ها به خارج بدن از طریق مدفوع مقابله می‌کنند. این تشخیص زمانی که بیماری در کودک شما تشدید شده و نیاز به مراقبت بیشتر دارد را دشوارتر می‌سازد.