

مددجوی گرامی: لازم است برخی موارد لازم در مورد نحوه مراقبت از خود در منزل را بدانید.

اوتیت چیست؟

بیماری اوتیت در کودکان بدنبال عفونت ویروسی دستگاه تنفسی فوقانی بروز می کند ، عفونت ویروسی دستگاه تنفسی فوقانی باعث اختلال عملکرد شیپور استاش می شود و بدین ترتیب عفونت از طریق شیپور استاش بطرف گوش میانی پیشرفت می کند و باعث ایجاد بیماری اوتیت میانی می گردد . اوتیت شایع ترین بیماری در کودکان بعد از سرماخوردگی است و از هر چهار کودک، سه کودک تا سن دو سالگی حداقل یک بار دچار عفونت گوش می شود.

علائم اوتیت چیست؟

علائم مختلفی در ارتباط با عفونت گوش میانی وجود دارد. برخی از رایج ترین علائم موارد زیر است:

- ✓ احساس کشش در گوشها
- ✓ تب
- ✓ ترشحات زرد، شفاف یا خونی از گوش

- ✓ گوش درد
- ✓ تحریک پذیری
- ✓ مشکل خوابیدن
- ✓ از دست دادن تعادل
- ✓ مشکلات شنوایی
- ✓ تهوع و استفراغ
- ✓ اسهال
- ✓ کاهش اشتها
- ✓ پر شدن گوشها از خون یا مخاط

عوارض مرتبط با عفونت گوش میانی چیست؟

با اینکه عوارض ناشی از عفونت گوش نادر است، اما ممکن است رخ دهد. برخی از عوارض مرتبط با عفونت گوش میانی عبارتند از:

- ✓ عفونتی که به استخوانهای گوش گسترش می یابد.
- ✓ عفونتی که به مایع اطراف مغز و نخاع گسترش می یابد.
- ✓ کاهش دائمی شنوایی
- ✓ پارگی در پردهی گوش

بهترین روش درمان اوتیت چیست؟

گاهی تنها اقدام درمانی، تسکین درد و کاهش التهاب به وسیله داروهایی مانند ایبوپروفن است. اما اگر علائم بیش از سه روز طول بکشد، احتمال تجویز آنتی بیوتیک بیشتر خواهد

با این حال، لازم به ذکر است که آنتی بیوتیک ها در صورت ایجاد عفونت ویروسی، درمان تاثیرگذاری نیستند.

چگونه می توان از اوتیت جلوگیری کرد؟

روش هایی برای کاهش خطر ابتلا به عفونت گوش در کودکان و نوزادان وجود دارد:

- ✓ دستهای خود را مرتباً بشویید.
- ✓ اگر با بطری به فرزند خود شیر می دهید، کودک خود را همیشه در آغوش بگیرید؛ همچنین او را در حالت نشسته یا نیمه ایستاده تغذیه کنید. وقتی ۱ ساله شدند آنها را از بطری جدا کنید.
- ✓ از محیط های دودآلود دوری کنید.
- ✓ کودک خود را تا ۱ سالگی از پستانک جدا کنید.
- ✓ توصیه می شود در صورت امکان نوزاد را با شیر مادر تغذیه کنید، زیرا این امر می تواند به کاهش عفونت گوش میانی کمک کند.

مراقبت در منزل از کودک مبتلا به اوتیت چیست؟

مواد غذایی لازم برای مراقبت از کودکان شامل:

مواد غذایی قرمز

مواد غذایی زرد

مواد غذایی سبز

مواد غذایی نارنجی

غلات

**بسته آموزشی خود مراقبتی
اونیت در کودکان**



واحد آموزش سلامت

✓ **با تایید مدیریت محترم پرستاری و مامایی**

منابع مورد استفاده:

- ❖ برونر و سودارث/ درسنامه پرستاری داخلی - جراحی / ۲۰۱۸ - انتشارات جامعه نگر
- ❖ مصاحبه با جراحان بیمارستان ولیعصر تبریز

زیر نظر دکتر بابک قالیباف فوق تخصص ریه و بیماری های کودکان

در هر حال لازم است که با رسیدگی به تغذیه ی کودکان و تقویت سیستم ایمنی بدن آن ها از بروز این مشکل پیشگیری کرد. با بروز این مشکل حتماً به پزشک مراجعه کرده و اجازه ندهید این مشکل مزمن شود.

چنانچه پس از ترخیص ، سوالی داشتید می توانید با این شماره ها تماس بگیرید.

واحد حامیان بیمار (۳۱۱۲۲۲۲۱) - (۳۱۱۲۱۱۴۲)

تدوین و بازنگری: فروردین ۱۴۰۰

دسترسی به سایت بیمارستان:

Tabrizhospital.ir

شماره تلفن جهت ارتباط با بیمارستان در صورت هر گونه سوال یا راهنمایی:

۰۴۱۳۱۱۲۱۱۴۲ - ۰۴۱۳۱۱۲۲۲۲۱

تدوین: اردیبهشت ۱۴۰۱

«سلامتی بزرگترین دارایی انسان است، ما حافظ سلامتی شما هستیم.»

۷ ماده غذایی در کودکان اوتیت

فراموش نکنید که شیر یک ماده ی غذایی کامل است نه یک نوشیدنی ساده. در نتیجه لازم است که از زیاده روی در مصرف شیر بپرهیزید.

- به هر وعده ی غذایی کودکان پروتئین اضافه کنید.
- آب را در الویت قرار دهید و مصرف آب میوه های صنعتی را به مناسبت های خاص اختصاص دهید.
- حواستان به مصرف مواد غذایی که باعث تولید مخاط بیشتر می شوند مانند موز، قند، شیر و غیره باشد.
- از زمان بروز سرماخوردگی به فکر درمان آن باشید.
- از ماه مهر تا اسفند به کودکان مکمل ویتامین D بدهید. البته حواستان باشد که قبل از مصرف هر نوع مکمل اول نظر پزشک را جویا شوید.