



بیمارستان مهرگان
MEHRGAN HOSPITAL



اسهال و استفراغ در کودکان (گاستروآنتریت)

عنوان	گاستروآنتریت
کد پمفلت	NO-BK-20
تهیه و تنظیم	واحد آموزش
تاریخ بازنگری	۱ تیرماه ۱۴۰۴

برای دریافت کتابچه آموزشی کد بالا را اسکن کنید

نکات تکمیلی

بیشتر موارد گاستروآنتریت در کودکان ویروسی هستند و خودبه خود خوب می شوند

مهم ترین وظیفه والدین: پیشگیری از کم آبی و تشخیص زودهنگام علائم خطر

در صورت تداوم اسهال بیش از ۱۰ روز یا وجود خون در مدفوع بررسی توسط پزشک ضروری است



منبع:

راهنماهای آموزشی بیمار از
UpToDate
و انجمن ارتوپدی آمریکا (AAOS)

در اورژانس چه می شود؟

بررسی وضعیت کم آبی
در موارد کم آبی متوسط یا شدید: سرم درمانی
کنترل دمای بدن و درمان علت احتمالی

مراقبت پس از بهبودی

ادامه مایعات و تغذیه مناسب تا چند روز
شستن دست ها قبل از غذا و بعد از تعویض پوشک
برای جلوگیری از انتقال
تمیز نگه داشتن اسباب بازی ها و وسایل کودک
واکسیناسیون روتاویروس (در صورت توصیه پزشک)
برای پیشگیری از موارد شدید در آینده



گاستروآنتریت چیست؟

گاستروآنتریت یک عفونت شایع ویروسی یا باکتریایی است که باعث اسهال، استفراغ، تب و درد شکم می‌شود. بیشتر موارد خفیف هستند و در خانه درمان می‌شوند، ولی مهم‌ترین خطر آن کم‌آبی بدن است.

علائم شایع

اسهال شل یا آبکی
استفراغ
تب خفیف
بی‌اشتهایی و بی‌قراری
گاهی درد شکم یا نفخ

اهمیت توجه

کم‌آبی می‌تواند در کودکان به سرعت رخ دهد و خطرناک شود، مخصوصاً در شیرخواران زیر ۲ سال.



مراقبت در خانه و اقدامات فوری

🏠 اولین اقدام: جلوگیری از کم‌آبی

محلول **ORS** (او.آر.اس): بهترین راه پیشگیری از کم‌آبی است

بعد از هر نوبت اسهال یا استفراغ مقدار کمی (۵-۱۰ قاشق چای‌خوری) بدهید

در نوزادان می‌توان **ORS** را با سرنگ یا قاشق کوچک به دفعات داد

شیر مادر: در شیرخواران ادامه پیدا کند (قطع نکنید)
مایعات دیگر: آب، سوپ رقیق، آب‌میوه رقیق‌شده (نه نوشابه یا آب‌میوه صنعتی)

🥄 تغذیه مناسب

غذاهای ساده و سبک: برنج، سیب‌زمینی پخته، موز، ماست کم‌چرب
از غذاهای چرب، سرخ‌کردنی، شیرین و نوشابه پرهیز شود
کودک را مجبور به غذا خوردن نکنید، ولی مایعات را مرتب بدهید



کارهایی که نباید انجام دهید

داروهای ضداسهال بدون مشورت پزشک
آنتی‌بیوتیک خودسرانه
قطع کامل تغذیه برای مدت طولانی

علائم هشدار و مراقبت پس از بهبودی

علائم هشدار کم‌آبی

اگر هر کدام از این علائم دیده شد، سریع به پزشک یا اورژانس مراجعه کنید:
بی‌حالی یا خواب‌آلودگی غیرعادی
گریه بدون اشک
خشکی دهان و لب‌ها
کاهش یا قطع ادرار (پوشک خشک بیش از ۶ ساعت)
فرورفتگی چشم‌ها یا فونتانل (ملاج)
استفراغ مکرر یا وجود خون در مدفوع
تب بالا یا تشنج

