



وزارت بهداشت و آموزش پزشکی
میراستان شهید هاشمی نژاد

آموزش به بیمار

اسهال در کودکان



مرکز آموزشی پژوهشی

درمانی شهید هاشمی نژاد

واحد آموزش به بیمار

(در حجم کم داده شود) در صورتی که کودک بیشتر از موارد فوق طلب کند در صورت عدم وجود استفراغ می توان مقدار بیشتری ORS داد.

در صورتیکه کودک استفراغ کند دادن ORS را قطع و پس از ده دقیقه مجدداً با فاصله زمانی بیشتر حدوداً هر ۲-۳ دقیقه شروع شود.

تغذیه کودک مخصوصاً در زمان اسهال و استفراغ با قاشق یا فنجان باشد و از شیشه و پستانک استفاده نگردد.



با آرزوی سلامتی برای شما و کودک دلبندتان

منبع: WWW.medlineplus.com

مشهد، طلاب، انتهای بلوار ابوریحان، بیمارستان شهید هاشمی نژاد تلفن: ۰۵۱۳ ۲۷۳۷۰۱۱-۱۵ یا با شماره ۳۱۰۹ شماره داخلی بخش اطفال ۲۲۳۳ و داخلی بخش نوزادان ۲۲۲۱ تماس بگیرد.

سایت بیمارستان: hasheminejad.mums.ac.ir

کلینیک پرستاری آموزش سلامت واقع در کلینیک تخصصی همه روزه به جز ایام تعطیل از ساعت ۸ الی ۱۲ پاسخگوی سوالات شما می باشد تلفن داخلی کلینیک ۸۰۰۳ می باشد. جهت دریافت پمفلت های آموزشی بارکد زیر را اسکن کنید.



در آپارات ما را دنبال کنید



طرز تهیه محلول ORS:

یک بسته پودر را در ظرف تمیز بریزید و سپس یک لیتر (۴ لیوان) آب جوشیده سرد شده را در داخل ظرف بریزید با پودر مخلوط کنید تا کاملاً حل شود. هر روز باید ORS تازه تهیه کرد و در یخچال خنک نگه دارید.

نحوه دادن ORS به کودکان:

در این بیماران میزان مصرف مایعات ۸-۱۰ سی سی به ازای هر کیلوگرم وزن بدن پس از هر بار دفع می باشد.

پس از هر بار دفع مدفوع آبکی مقدار ORS مورد نیاز بدن به طور تقریبی به شرح زیر است:

زیر ۲ سال: ۵۰-۱۰۰ سی سی (نصف لیوان)
۲-۱۰ سال: ۱۰۰-۲۰۰ سی سی (۱ لیوان)

۱۰ سال به بالا: به اندازه درخواست بیمار در بیماران زیر ۲ سال ORS با قاشق ۵ سی سی هر ۲-۱ دقیقه داده می شود. در بچه های بزرگتر مستقیماً با فنجان بصورت جرعه جرعه



این پمفلت شامل اطلاعاتی در مورد بیماری فرزند شما است که رعایت آنها به بهبودی کودک شما کمک می کند. امیدواریم با رعایت نکات ذکر شده در آن سلامت دل‌بند خود را بازیابید.



روشهای پیشگیری از اسهال:

- ۱- تغذیه با شیر مادر
- ۲- رعایت بهداشت در هنگام تهیه و خوراندن غذای کودک
- ۳- استفاده از توالت بهداشتی
- ۴- استفاده از آب آشامیدنی سالم
- ۵- دفع صحیح زباله
- ۶- استفاده از فنجان به جای بطری شیر



سه قانون اصلی مراقبت از کودکان مبتلا به

اسهال:

الف) برای پیشگیری از کم آبی به کودک بیشتر از قبل مایعات بنوشانید. (اگر کودک شما زیر شش ماه است افزایش دفعات تغذیه با شیر مادر می تواند آب دفع شده از بدن را جبران کند.)

در صورتیکه بیمار فقط از شیر مادر تغذیه می کند علاوه بر شیر مادر که مرتب و به دفعات بیشتر و طولانی تر داده می شود می تواند محلول ORS نیز داده شود. در کودکانی که تغذیه منحصر با شیر مادر نیست مایعات زیر قابل تجویز است:

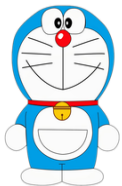
- ۱- محلول ORS
- ۲- مایعات با پایه غذایی مثل سوپ و آب برنج
- ۳- آب تمیز
- ۴- استفاده از مایعاتی مانند آب میوه شیرین چای، نوشابه های گاز دار، اسهال را تشدید میکند.

ب) به کودک مقدار زیادی غذای مقوی برای پیشگیری از سوء تغذیه بدهید. کودکی که در هنگام اسهال از غذا محروم می شود به سوء تغذیه دچار و اسهال وی شدید تر می شود. (تا دو هفته بعد از اسهال یک وعده غذای اضافی به کودک بدهید.)



مایعات و غذاهایی که دادن آن در هنگام

اسهال مجاز است:



- ۱- شیر مادر
- ۲- آب تمیز
- ۳- محلول ORS
- ۴- دوغ بدون گاز
- ۵- فرنی و حریره بادام کم شیرینی
- ۶- ماست چکیده
- ۷- لعاب برنج
- ۸- کته حاوی عدس یا ماش. هویج. گوشت (ترجیحا سینه مرغ)
- ۹- سوپ که حاوی برنج. هویج. سبزیجات. ماش. عدس. سیب زمینی و کمی روغن و کره
- ۱۰- موز سفت که سبز آن بهتر است.

ج) در صورت بروز هر یک از علایم زیر کودک را سریعاً نزد پزشک ببرید:

تعداد دفعات اسهال زیاد و آبکی، عطش زیاد، تب و ناتوانی در خوردن و خون در مدفوع

