

تعریف

اسهال به افزایش در حجم و تعداد دفعات مدفوع و کاهش قوام آن نسبت به عادت قبلی روزانه گفته میشود.

انواع اسهال

➤ **عوامل ویروسی:** اوج شیوع این نوع اسهال در فصل زمستان میباشد راه انتقال آن دهانی مدفوعی میباشد و با تب خفیف تا متوسط و استفراغ و درد شکمی همراه است.

➤ **عوامل باکتریایی:** اوج شیوع این نوع اسهال در فصل زمستان میباشد راه انتقال آن از طریق حیوانات خانگی، مصرف آب یا غذای آلوده (ویبریوکلرا) مدفوعی دهانی (شیگلا) میباشد که با تب، درد شکمی و اسهال خونی، استفراغ و مدفوع بد بو و بلغمی (خلطی) همراه است.



انواع کم آبی

کم آبی خفیف:

علائم آن افزایش تشنگی خشکی مختصر مخاط، عدم تمایل کودک به خوردن ORS
درمان: مصرف محلول ORS به صورت خوراکی به ازای هر بار اسهال و استفراغ در کودکان زیر 10 کیلوگرم :
60-120 سی سی و در کودکان بالای 10 سال دو برابر میزان فوق.
در صورت عدم تمایل شیرخوار به خوردن ، ORS ادامه شیر مادر یا شیر خشک به دفعات توصیه می شود.

کم آبی متوسط:

علائم آن کاهش قوام پوستی، خشکی مخاط، فرورفتگی ملاج چشمان گود افتاده، ولع شدید کودک به خوردن ORS
مصرف ORS به صورت خوراکی 50-100 سی سی به ازای هر کیلوگرم در عرض 3 تا 4 ساعت

کم آبی شدید:

علائم آن افزایش تعداد تنفس، بی حالی، سیاهی بدن، کاهش سطح هوشیاری
اگر بیمار شوک باشد یا سطح هوشیاری پایینی داشته باشد به هیچ عنوان ORS در مراحل اولیه استفاده نشده و سرم درمانی استفاده میشود.

طرز تهیه محلول ORS:

چهار لیوان آب جوشیده سرد شده را در پارچ ریخته و یک بسته پودر را به آن اضافه می کنیم، پارچ را در یخچال قرار میدهیم تا محلول خنک باشد و در صورت تمایل شیرخوار به خوردن ORS یک لیوان از آن را از یخچال خارج کرده و هر 5 دقیقه یک قاشق غذا خوری به کودک می دهیم. پس از نیم ساعت اگر استفراغ نداشت، هر 2 دقیقه یک قاشق می دهیم و مجدداً اگر استفراغ نداشت مقدار بیشتری را به کودک می دهیم.

پیشگیری و مراقبت

- ❖ از دادن آب میوه ها و غذاهای شیرین به کودک در طی دورانی که اسهال دارد پرهیز کنید.
- ❖ رعایت رژیم اسهالی با وعده های غذایی بیشتر در فواصل کمتر باشد. (شیر مادر، سوپ، کته ماست، موز نارس، سیب، مایعات غیر شیرین)
- ❖ در صورت هر بار اسهال و استفراغ کودک در صورتی که ولع برای خوردن ORS داشته باشد، به وی به ازای هر کیلوگرم وزن بدن 10 سی سی ORS داده شود.
- ❖ پس از پایان دوره اسهال بکوشید تا حداقل طی 2 هفته با تغذیه مناسب و پرکالری انرژی از دست رفته کودک را جبران کنید.



بیمارستان امام حسین (ع) سپیدان

اسهال چیست؟



تهیه کننده: فهیمه محمدی

تأیید کننده: دکتر فهیم کهن باش

کد سند: ED-BR-20-00

واحد آموزش ارتقاء سلامت

پاییز ۱۴۰۴



- ❖ از تجویز خودسرانه داروی ضد اسهال برای کودک خودداری کنید. دست های خود و کودکان را مکرراً بشویید.
- ❖ میوه و سبزیجات را ضد عفونی شده مصرف کنید.
- ❖ مراقبت از پوست اطراف باسن بسیار لازم است زیرا در اسهال پوست باسن در معرض تحریک شدید قرار گرفته بنابراین پوشک کودک مرتباً تعویض گردد و باسن پس از هر بار دفع با آب و صابون ملایم شسته شود و با صلاح دید پزشک از پماد استفاده شود.
- ❖ در صورت خشکی پوست، کاهش اشک و بزاق، عطش زیاد، بی حالی و ضعف سریعاً به پزشک مراجعه نمایید