

اسهال و استفراغ در کودکان

شماره پرونده:			نام خانوادگی:	نام:	بخش:	پزشک معالج:
نام پدر:			تاریخ تولد:	جنس: ☐ زن ☐ مرد	تشخیص (علت بستری):	تاریخ پذیرش:
بیمار محترم ضمن آرزوی سلامتی برای شما شایسته است که پس از ترخیص از بیمارستان موارد زیر را به دقت مطالعه و اقدام نمایید:						

مراقبت در منزل:

- تا زمانی که تهوع، استفراغ، اسهال و تب برطرف نشده باشند در رختخواب استراحت کنید.
- به دنبال اسهال و استفراغ رژیم غذایی خود را به صورت زیر تنظیم نمایید:
- مایعات رقیق بنوشید.
- پس از متوقف شدن اسهال و استفراغ، مقادیر کمی از مایعات رقیق مانند چای و سوپ رقیق بنوشید.
- اگر تا ۱۲ ساعت بعد از مصرف مایعات مشکلی پیش نیامد، مقادیر کمی از غذاهای نرم مانند غلات، برنج، تخم مرغ، یا سیب زمینی پخته شده، و ماست بخورید.
- اگر تا ۲-۳ روز با غذاهای نرم مشکلی پیش نیامد، تدریجاً رژیم عادی خود را از سر گیرید.
- از خوردن یا آشامیدن موارد ذکر شده تا چند روز بعد خودداری کنید: الکل، غذاهای پر ادویه (پیتزا، اسپاگتی، پیاز)، سس گوشت، سبزیجات و میوه های خام، سس سالاد، قهوه و شیر، آب-میوه های صنعتی.
- به کودک غذاهای پتاسیم دار مانند: موز نارس و سیب زمینی بدهید.
- برای جبران آب از دست رفته کودک به وی مایعات مانند دوغ و ا. آ. اس (ORS) بدهید.
- معمولاً هیچ دارویی مورد نیاز نیست، اما اگر گاستروآنتریت (اسهال و استفراغ) شدید یا طولانی مدت باشد، امکان دارد داروی ضد تهوع و گاهی ضد اسهال تجویز شود. همچنین امکان دارد برای بعضی از باکتری ها و انگل ها درمان آنتی بیوتیکی اختصاصی مورد نیاز باشد.

در صورت مشاهده موارد زیر به بیمارستان و یا پزشک مراجعه کنید (علائم هشدار)

- تورم شکم
- وجود مخاط یا خون در مدفوع
- تب بالا
- استفراغ و اسهال پس از درمان
- در صورت بروز علائم کم آبی مانند خشکی دهان، پوست چروکیده، تشنگی زیاد، یا کاهش ادرار، چشمان گود افتاده
- درد شدید در شکم یا راست روده، خصوصاً دردی که از وسط شکم شروع شود و تدریجاً به قسمت پایینی شکم در سمت راست تغییر مکان دهد.
- سن کمتر از ۶ ماه
- در صورت بروز عدم تحمل خوراکی (استفراغ های مکرر)