|  |
| --- |
| C:\Users\Bita\Desktop\Untitled.jpg  **بیمارستان ولی عصر ( عج ) ممسنی**  **اسهال و استفراغ**  **آموزش به بیمار**  Image result for â«Ø§Ø³ÙØ§Ù Ù Ø§Ø³ØªÙØ±Ø§Øºâ¬â  **بخش داخلی**  **سمیرا زارعی**  **کارشناس پرستاری**  **مورد تایید دکتر خداکرم غلامی**  **متخصص داخلی**  **منبع : پرستاری برونر و سودارت**  بهار PA-BCC-122-011403 |

|  |
| --- |
| **گاستروآنتریت همان التهاب معده و روده ها است که عوامل متعددی در ایجاد آن نقش دارد.**  ویروس ها ، آب و مواد غذایی آلوده شده به باکتری ها و انگل ها ، واکنش به یک غذای جدید ، عوارض جانبی برخی از داروها در برخی از کودکان به دنبال مصرف یک نوع غذای جدید ممکن است علائم این بیماری به وجود آید حتی در برخی از موارد ، در کودکانی که از شیر مادر تغذیه مینمایند به دنبال مصرف غذای جدید توسط مادر نیز این علائم دیده میشود.  از آنجایی که این بیماری ناشی از ویروس است ، آنتی بیوتیک بر این نوع گاستروآنتریت اثری ندارد.  این بیماری را باید به حال خود گذاشت تا بهبود یابد. درمان باید برجایگزینی آب و املاح از دست رفته از راه اسهال متمرکز باشد تا از کم آبی بدن جلوگیری شود. اگر کم آبی بدن شدید باشد ممکن است نیاز به تزریق داخل وریدی مایعات و بستری وجود داشته باشد.  **علایم بیماری شامل :**  تهوع یا استفراغ ، اسهال ، دردهای شکمی و احساس نفخ است . در برخی از موارد تب خفیف نیز ممکن است وجود داشته باشد . علایم ممکن است از یک روز تا بیشتر از یک هفته ادامه یابد. |

|  |
| --- |
| **اگر علائم بیماری را در خود یافتید اقدامات زیر را انجام دهید :**  برای چند ساعت خوردن و نوشیدن را قطع کنید تا معده در استراحت قرار گیرد. به تدریج شروع به خوردن مواد غذایی سریع الهضم مانند نان برشته شده ، موز ، برنج و جوجه نمایید.  جهت تسکین درد یا تب میتوانید از استامینوفن استفاده کنید.  کم آبی میتواند باعث ضعف و خستگی در شما گردد لذا استراحت نمایید. در موارد استفراغ بیش از دو روز ، اسهال ، بیشتر از دو روز اسهال خونی ، تب بالای 38 درجه ، دردهای شکمی شدید ، ضعف و گیجی به پزشک مراجعه فرمایید.  کودک مبتلا به گاستروآنتریت ، به او اجازه استراحت دهید.  Image result for â«Ø§Ø³ÙØ§Ù Ù Ø§Ø³ØªÙØ±Ø§Øºâ¬â |

|  |
| --- |
| پس از قطع شدن استفراغ شروع به استفاده از سرم ها خوراکی نمایید.  از آب به تنهایی جهت درمان استفاده نمایید.  در کودکان مبتلا به گاستروآنتریت آب به خوبی نمیتواند جذب گردد.  همچنین از مصرف آب میوه و شیر که باعث شدیدتر شدن اسهال میگردند ، پرهیز نمایید.  در صورت شدت بیماری با پزشک مشورت نمایید.  **موارد احتیاط در گاستروآنتریت :**  بعد از تماس با بیمار دستهایتان را دقیقا بشویید . معمولا این بیماری در نوزادان و کودکان که خطر کم آبی در آنها بیشتر است وخیمتر میباشد.  اگر این بیماری در نوزادان دیده شد در صورت مشاهده هرگونه علایم کم آبی به پزشک مراجعه کنید.  به کودکان داروهای ضد اسهال ندهید.  اگر در مدفوع خون وجود داشت تب بالا بود و ضعف و بی حالی وجود داشت و یا اسهال شدید بود به پزشک مراجعه فرمایید. عدم مراجعه به پزشک بیش از 12 تا 24 ساعت برای یک نوزاد و یا بیش از 2ز تا 3 روز برای کودک و افراد بزرگسال خطرناک است |

|  |
| --- |
| تغذیه با مواد غذایی سبک مانند برنج ، موز و سیب زمینی را کم کم آغاز نمایید.  از دادن غذاهای شیرین مانند بستنی و شکلات و آبمیوه های صنعتی اجتناب نمایید زیرا سبب شدت اسهال میگردد. اگر دچار تب خفیف شد از استامینوفن استفاده نمایید.  با محدود کردن رژیم بیمار به مایعات رقیق ساده ، اسهال و استفراغ او را درمان کنید.  به بیمار شیرگاو و یا غذاهایی که در ترکیبشان شیرگاو دارند ، ندهید.  برای جلوگیری از کم آبی ( از دست رفتن بیش از حد مایعات بدن ) به کودک مقادیر زیادی مایعات رقیق صاف نظیر چای ، ژله آبکی و محلول های تجارتی الکترولیت مثل او – آر – اس ( که از داروخانه قابل تهیه است ) بدهید. |

|  |
| --- |
| Image result for â«Ø§Ø³ÙØ§Ù Ù Ø§Ø³ØªÙØ±Ø§Øºâ¬â |