



## 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 با اسهال و استفراغ در کودکان زیر 10 کیلوگرم: 60-120 سی سی و در کودکان بالای 10 سال دوبرابر میزان فوق.



در صورت عدم تمایل شیرخوار به خوردن ORS، ادامه شیر مادر یا شیر خشک به دفعات توصیه می‌شود.

### کم آبی متوسط:

علائم آن کاهش قوام پوستی، خشکی مخاط، فرورفتگی ملاحظ چشممان 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 می‌کنیم، 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 می‌دهیم. پس از نیم ساعت اگر استفراغ نداشت، هر 2 دقیقه یک قاشق می‌دهیم و مجدداً اگر استفراغ نداشت مقدار بیشتری را به کودک می‌دهیم.



### 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.
- از تجویز خودسرانه داروی ضد اسهال برای کودک خودداری کنید.
- دست های خود و کودکان را مکرراً بشوید.
- 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.



منابع: راهنمای بالینی پرستاری کودکان وونگ 2019

طب کودکان نلسون 2020

تهیه کننده: پگاه پورتولری کارشناس پرستاری

تأیید کننده: دکتر ناصر هنر فوق تخصص گوارش اطفال

واحد آموزش ارتقاء سلامت

تابستان 1400