

نشانه های کاهش بیشتر و جدی تر آب بدن

۱- ضعف و بی حوصلگی ۲- گرفتگی عضلات ۳- خستگی صورت ۴- فرورفتگی چشم - ۵- نداشتن ادرار یا کم شدن مقدار آن ۶- گیجی ۷- ضربان قلب سریع

از آن جایی که آب بدن کودکان به سرعت کاهش می یابد اگر کودک دچار اسهال و استفراغ شود والدین باید به نشانه های حاکی از تشنگی شدید ، خشکی پوست یا دهان توجه کنند. از طرفی چنانچه کودک در سنین پایین تر یا نوزاد باشد ، کمتر کثیف شدن پوشک و خشک تر بودن آن در مقایسه با شرایط عادی می تواند علامت خطر باشد.

نباید اجازه داد کودکان دچار اسهال و استفراغ تا زمان برطرف شدن علائم به مهدکودک یا مدرسه بروند. والدین باید پیش از دادن هرگونه دارو به کودک با پزشک مشورت کنند.

داروهای متداول برای کنترل اسهال و استفراغ معمولاً برای کودکان کمتر از ۵ سال استفاده نمی شود.

علت:

اسهال و استفراغ معمولاً پی آمده عفونت معده و روده است . بدن به دلیل عفونت نمی تواند به خوبی آب را از مواد موجود در روده جذب کند ، به همین دلیل است که اسهال رایج ترین علامت عفونت معده و روده است و آب بدن در اثر ابتلا به این بیماری از دست می رود.

۶. آلودگی چندجانبه (زمانی که باکتری مضر بین غذا ، سطوح و وسایل پخش می شود)

عفونت معده و روده در اصطلاح "گاستروانتریت" می گویند که همراه با اسهال و استفراغ است .

علائم :

علائم اسهال و استفراغ ، بسته به علت به وجودآورنده آن ، در بازه ای بین چند ساعت تا چند روز پس از ابتلا به عفونت معده و روده طول می کشد . اسهال مکرر علامت اصلی این بیماری محسوب می شود که گاهی اوقات در آن ، رگه های خون یا خلط نیز وجود دارد.

دیگر علائم ابتلا به عفونت روده و معده عبارت است از : استفراغ ، حالت تهوع ، کاهش اشتها ، دل پیچه ، احساس درد در اعضای بدن ، سردرد ، تب

عفونت معده و روده باعث از دست رفتن آب بدن که گاهی خطرناک تر و وخیم تر از خود عفونت است ، می شود. سالمندان بیش از دیگران در معرض این خطر قرار دارند. بنابراین آگاهی از علائم و نشانه های کاهش آب بدن اهمیت بسیار دارد.

نشانه های کاهش ملایم آب بدن : ۱- تشنگی یا خشکی دهان - ۲- کدر بودن ادرار - ۳- سرگیجه و گیجی به ویژه پس از ایستادن ۴- حالت تهوع ۵- کمبود انرژی ۶- سردرد



مسمومیت غذایی :

اکثر عفونت های باکتریایی دامن زننده به اسهال و استفراغ پی آمد مسمومیت غذایی هستند . احتمال آلودگی باکتریایی غذا در تمامی مراحل تولید ، فرآوری یا طبخ آن وجود دارد.

مسمومیت غذایی برای مثال می تواند باعث موارد زیر باشد :

۱. طبخ نکردن غذا در دمای مناسب یا به مدت کافی
۲. لمس مواد غذایی توسط شخصی که به خوبی دست هایش را نشسته است.
۳. مصرف مواد غذایی در دمای مناسب و گرم بودن محیط
۴. مصرف مواد غذایی تاریخ گذشته
۵. لمس مواد غذایی توسط شخصی که به خوبی دستهایش را نشسته است .

درمان : بیشتر مسمومیت ها با مراقبت های ویژه تحت نظر پزشک ، ظرف ۱۲ تا ۴۸ ساعت برطرف می شوند ، مگر اینکه مسمومیت در اثر نوع باکتری های حاد و قوی باشد . نوشیدن مایعات فراوان برای جلوگیری از کاهش آب بدن ضروری است ، بنابراین بیمار باید آب را در جرعه های کوچک و بسیار نوشید .

مراقبت ها : بهتر است تا وقتی که اسهال شما برطرف نشده است از خوردن مواد دیر هضم و لبنی پرهیز کنید . در این حالت سیستم گوارشی قادر به تجزیه قند لاکتوز موجود در مواد لبنی نیست . خوردن مایعات البته به جز مواد لبنی ، کافئین دار برای جبران آب از دست رفته در اثر اسهال و استفراغ مفید است. در مورد کودکان سریعاً محلول ، او ، آر ، اس ، را تحت نظر پزشک مصرف کنید . تامین کننده آب و نمک و مواد قندی در صورت عدم قبول مایعات توسط سیستم گوارشی ، به پزشک مراجعه تا از طریق سرم مواد قندی و مایعات از دست رفت تامین شود .

اگر بطور عادی از داروهای ادرارآور و ملین شل کننده مدفوع استفاده می کنید ، در صورت اسهال باید این داروها را البته حتماً با مشورت پزشک قطع کنید .

لازم به ذکر است در بیشتر مسمومیت های عادی ، معمولاً پزشکان آنتی بیوتیک را تجویز نمی کنند . در صورت مسمومیت با قارچ یا ماهی و دیگر حیوانات دریایی ، سریعاً به پزشک مراجعه کنید چرا که احتمال زیاد ، باید برای درمان دفع سموم ، تخلیه معده انجام شود.

در صورت مشاهده علائم زیر ، فوری به پزشک مراجعه کنید:

- اسهال بیشتر از دو تا سه روز ، وجود خون در مدفوع
- حالت تهوع ، استفراغ ، ادرار زیاد و تب بالای ۳۸ درجه
- خونریزی شدید روده ای در مدفوع یا مدفوع قرمز یا سیاه
- عدم تنفس درست و اختلال سیستم تنفسی
- اختلال در حرکات اعضای بدن ، اختلال در گفتار یا بینایی
- علائم از دست رفتن آب بدن عطش ، سرگیج ، غش کردن
- مشکلات بلعی ، مسمومیت با ماهی ، کنسرو ماهی و یا غذاهای کنسرو شده و مسمومیت با قارچ سریعاً به اورژانس مراجعه کنید.



مسمومیت غذایی

تهیه کننده: پرستار زهرا شانکاره

منبع : کودکان مارلو

تایید کننده: دکتر ثابت قدم متخصص اطفال

تاریخ تهیه: تیر ماه ۱۴۰۳

تاریخ بازنگری: تیر ماه ۱۴۰۵

بیمار گرامی:

از اعتماد و حسن نظر جنابعالی نسبت به انتخاب این مجتمع

کمال تشکر را داریم.

پمفلتی که در دست دارید حاوی اطلاعات ضروری در خصوص بیماری فعلی شما و چگونگی روند درمان و مراقبت آن میباشد

