



بنام خداوند جان و خرد

بیمارستان تخصصی و فوق تخصصی دنا

بخش آموزش به بیمار

## اسهال

شناسنامه بروشور آموزشی

| عنوان                   | اسهال                         |
|-------------------------|-------------------------------|
| تهیه کننده              | دفتر آموزش به بیمار           |
| تاریخ تهیه/به روز رسانی | بهار ۱۴۰۵                     |
| ناظر کیفی               | سوپروایزر ارتقاء سلامت        |
| منبع/منابع              | نلسون/مارلو<br>برونر و سودارث |
| کد بروشور آموزشی        | W-TP-036 R02                  |

[www.denahospital.com](http://www.denahospital.com)

شیراز، چهار راه ستارخان، کوی دنا، بیمارستان دنا

تلفن: ۰۷۱-۳۶۴۹۰۴۱۱ فاکس: ۳۶۴۹۰۴۳۳

واحد پرستار پیگیر: داخلی ۲۶۳ - ساعت ۱۳-۸



با اسکن لینک روبرو به بروشورهای  
آموزشی دسترسی پیدا کنید.



پس از ترخیص از بیمارستان نیز بایستی تا برطرف شدن کامل اسهال رژیم غذایی رعایت شود که شامل موارد زیر می باشد:

- ✓ اگر مقداری آب که جهت حل کردن ORS استفاده می کنید کمتر و یا بیشتر از حد طبیعی باشد باعث بروز اختلالات الکترولیتی در کودک می شود پس بایستی به این نکته توجه لازم را داشته باشید.
- ✓ در صورت بروز قرمزی در ناحیه باسن کودک به دلیل دفع مدفوع آبی و مکرر می توان از پماد زینک اکساید استفاده کرد.
- ✓ شستشوی پای کودک پس از هر بار دفع لازم است و نیاز به استفاده از صابون و مواد شوینده نیست و شستشو با آب کافی می باشد. پارچه ای را که برای خشک کردن پای کودک استفاده می کنید روی پوست نکشید.
- ✓ عادت شستشوی صحیح دست از موارد لازم می باشد.
- ✓ در صورت برطرف نشدن اسهال، بی حالی کودک، بروز تب، بی اشتها یا مجدد به پزشک مراجعه شود.

## اسهال:

افزایش در دفعات اجابت مزاج (بیش از ۳ بار در روز) - افزایش مقدار مدفوع و تغییر در قوام (شل شدن) نسبت به عادت قبلی روزانه را اسهال می‌گویند. البته توجه داشته باشید که شیرخواران که تنها از شیر مادر تغذیه می‌کنند مدفوع نرم‌تر از حد عادی می‌باشد و ممکن است روزانه چندین بار مدفوع نرم و نیمه آبی دفع نمایند. اسهال می‌تواند بوسیله ویروس‌ها - باکتری‌ها و انگل‌ها ایجاد شود علاوه بر افزایش در دفعات آبکی مدفوع بیمار ممکن است که دچار کرامپ‌های شکمی - نفخ - بی‌اشتهایی و تشنگی - انقباضات دردناک مقعد و زورزدن‌های بی‌هوده و دردناک شود سایر نشانه‌ها بستگی به علت و شدت اسهال دارد و به کم آبی و عدم تعادل مایع و الکترولیت مربوط می‌شود. در صورت بروز اسهال بهتر است که به پزشک مراجعه شود و کودک تحت درمان قرار گیرد تا دچار کم آبی نشود و علت اسهال مشخص شود. آزمایشات تشخیصی متفاوتی ممکن است که انجام شود. آزمایش خون - آزمایش ادرار و آزمایش مدفوع از نظر وجود عامل میکروبی وجود خون در مدفوع یا از نظر وجود انگل بایستی انجام گردد.

در صورت بروز علامتی شامل کاهش دفع ادراری - ضعف عضلانی - بی‌اشتهایی - گیجی و بی‌حالی - عطش و تشنگی زیاد و تب بایستی حتماً به پزشک مراجعه شود. هیچ‌گونه دارویی خودتان در منزل به کودک ندهید. در صورت تشخیص پزشک مبتنی بر بستری کودک در بیمارستان بایستی به دستور پزشک توجه شود و کودک تحت درمان با سرم درمانی و گاهی در صورت نیاز به آنتی‌بیوتیک تحت درمان قرار بگیرد در طول بستری در بیمارستان با توجه به دستور پزشک کودک تحت درمان با سرم قرار می‌گیرد و رژیم غذایی مخصوص داده می‌شود. و از دادن هرگونه مواد غذایی غیر از آنچه پزشک و پرستار می‌گویند خودداری شود شستشوی دست از موارد مهم می‌باشد که بایستی رعایت شود.

**پس از ترخیص از بیمارستان نیز بایستی تا برطرف شدن کامل اسهال رژیم غذایی رعایت شود که شامل موارد زیر می‌باشد:**

✓ در صورتی شیرخوار می‌باشد و فقط از شیر مادر و یا شیر خشک استفاده می‌کند شیر مانند روال قبل داده شود. شیر خشک را می‌توان در صورت داشتن اسهال بصورت رقیق به مدت چند روز به کودک بدهید. گاهی تشخیص پزشک کودک نیاز به شیر مخصوص اسهال دارد که بایستی شیر مخصوص را تا زمانی که پزشک صلاح می‌داند به کودک بدهند.

✓ در کودکان بزرگ‌تر به آنها کته و ماست - سوپ گوشت و هویج - سینه مرغ آب پز شده و گوشت ماهیچه بدون چربی به مدت یک هفته و تا زمان برطرف شدن اسهال بدهید.

✓ غذاهایی که به کودک می‌دهید بدون چربی و در حجم کم داده شود.

✓ آب سالم و تمیز می‌توانید بدهید.

✓ از دادن میوه تازه - کمپوت - آب میوه به مدت یک هفته تا برطرف شدن اسهال پرهیز شود.

✓ ماست - دوغ - چای کم رنگ و کم‌شیرین می‌توان به کودک داد. شربت به لیمو کم شیرین و رقیق با توجه به صلاحدید پزشک می‌توانید به بیمار بدهید.

✓ پس از یک هفته در صورت بهبود کودک می‌توان آب سیب و آب هویج که بصورت تمیز و درخانه گرفته شده است داده شود.

✓ در صورت داشتن اسهال می‌توان یک بسته پودر ORS را در یک لیتر آب جوشیده سرد شده ریخته، مخلوط کنید تا کاملاً حل شود. هر روز بایستی ORS تازه تهیه کرد و آن را در یخچال خنک نگه داشت. در کودکان کوچکتر بایستی با هر دفع آبی مدفوع هر ۵ دقیقه یک قاشق غذاخوری محلول ORS داده شود در کودکان بزرگتر با فنجان و بصورت جرعه جرعه در حجم کم داده شود.