

راهنمای آموزش به بیمار در مرکز آموزشی درمانی هاجر (س) شهر کرد

آموزش حین بستری گاستروآنتریت کودکان

❖ رژیم غذایی

- ✓ در صورت استفراغ شدید تغذیه موقتاً از راه دهان قطع و سرم جایگزین می‌شود.
- ✓ با دستور پزشک مایعات ابتدا با قاشق و هر ۱۵-۱۰ دقیقه به کودک داده شود و در صورتی که پس از ۱ ساعت استفراغ نداشت به حجم مایع اضافه کنید.
- ✓ اگر با رژیم نرم مشکل نداشت و تحمل داشت تدریجاً رژیم عادی شروع کنید.
- ✓ در صورت تحمل، ORS برای کودک شما شروع خواهد شد.

❖ فعالیت

- ✓ در مرحله حاد بیماری به او اجازه استراحت دهید.
- ✓ پس از کسب انرژی و قطع اسهال فعالیت های عادی از سر گرفته شود.

❖ مراقبت

- ✓ پس از قطع شدن استفراغ، استفاده از سرمهای خوراکی ORS که طرز تهیه آن توسط پرستار توضیح داده می‌شود، شروع خواهد شد.
- ✓ رعایت بهداشت ضروری می‌باشد. قبل و بعد از هر بار تعویض پوشک و قبل از غذا دادن به کودک دستهایتان را بشوید.
- ✓ علائم کم آبی را بشناسید و اطلاع دهید: تشنگی بیش از حد، بی قراری، دهان خشکیده و کاهش ادرار علائم شاخص کم آبی کودک می‌باشند.
- ✓ تعداد دفعات اسهال و استفراغ و حجم آن را به پرستار اطلاع دهید.

❖ دارو

- ✓ ممکن است مایع درمانی (سرم) و در صورت نیاز آنتی بیوتیک و تب بر طبق دستور پزشک معالج تجویز شود.
- ✓ پس از قطع شدن استفراغ، استفاده از سرمهای خوراکی ORS که طرز تهیه آن توسط پرستار توضیح داده می‌شود، شروع خواهد شد.
- ✓ داروها طبق دستور پزشک پزشک توسط پرستار در فواصل و ساعات معین تجویز می‌شود.

راهنمای آموزش به بیمار در مرکز آموزشی درمانی هاجر (س) شهر کرد

آموزش حین ترخیص گاستروآنتریت کودکان

❖ رژیم غذایی

- ✓ از آب به تنهایی جهت درمان استفاده ننمایید (آب به تنهایی نمی تواند جذب گردد)
- ✓ از مصرف آب میوه و شیر که باعث شدید تر شدن اسهال می گردند پرهیز نمایید.
- ✓ تغذیه با مواد غذایی سبک مانند برنج ، موز و سیب زمینی را کم کم آغاز کنید.
- ✓ از دادن غذاهای شیرین مانند بستنی و شکلات اجتناب نمایید زیرا سبب شدت اسهال می گردند.
- ✓ توصیه می گردد تا مادران، کودکان خود را با شیر مادر تغذیه کنند. غذای تازه به کودکان بدهید و غذای شب مانده را به آنان ندهید.
- ✓ از دادن غذاهای پر ادویه (پیتزا، اسپاگتی)، انواع سس، سبزیجات و میوه های خام، قهوه تا چند روز پس از قطع شدن اسهال و استفراغ خودداری کنید.
- ✓ ازدادن نوشیدنی های ترش (مثل آب پرتقال یا گریپ فروت چون باعث تحریک معده می شود) و آب میوه شیرین، نوشابه، چای و نوشیدنی های حاوی کافئین خودداری کنید.
- ✓ در بدترین شرایط اسهال هنوز ۶۰ تا ۷۰ درصد مواد غذایی جذب می شوند و به دلیل جلوگیری از سوءتغذیه باید دفعات تغذیه را زیاد کرد.
- ✓ اگر استفراغ مانع تغذیه می شود باید با حجم کم و دفعات زیاد به کودک مایعات داده شود که خود مانع از استفراغ می شود.
- ✓ خوراندن ORS را در منزل ادامه دهید.
- ✓ اگر کودک اسهال داشت ولی استفراغ کم است رژیم غذایی معمول که حاوی مواد قندی کمی است ادامه دهید. البته برای جلوگیری از کم آبی مایعات فراوان به وی بدهید.
- ✓ اگر کودک وزن از دست داده می توانید به غذای وی کمی کره ویا روغن زیتون اضافه کنید.

❖ فعالیت

- ✓ پس از کسب انرژی و قطع اسهال فعالیت های عادی از سر گرفته شود.

❖ مراقبت

- ✓ از قرار گرفتن کودک در ساعات گرم روز در زیر آفتاب خودداری کنید.
- ✓ در تهیه مواد غذایی از خرید تا پخت رعایت بهداشت را بنمایید.
- ✓ رعایت بهداشت ضروری میباشد . قبل و بعد از هر بار تعویض پوشک و قبل از غذا دادن به کودک دستهایتان را بشوید.

❖ دارو

- ✓ از مصرف خودسرانه دارو برای کودک خودداری کنید.
- ✓ در صورت بروز استفراغ از دادن قطره و داروهای ضد استفراغ خودداری شود و مایعات با حجم کم و در دفعات زیاد به کودک داده شود.
- ✓ به کودک برای کاهش تب طبق تجویز پزشک استامینوفن بدهید و از دادن آسپرین خودداری کنید.

❖ زمان مراجعه بعدی

- ✓ علائم کم آبی شامل تشنگی بیش از حد، بی حالی یا بی قراری شدید، چشم های گود افتاده، گریه بدون اشک، ملاج فوقانی فرو رفته، دهان خشکیده، کم شدن ادرار و پوست خیلی چروکیده می باشد که باید مادر این علائم را بشناسد و سریعتر به پزشک مراجعه نماید
- ✓ در صورت وجود خون در مدفوع، تب ، ضعف و بی حالی شدید، اسهال و استفراغ شدید به پزشک مراجعه کنید (عدم مراجعه به پزشک بیش از ۱۲ تا ۲۴ ساعت برای یک نوزاد و یا بیش از دو تا سه روز برای کودک بزرگتر خطرناک است)

منبع: پرستاری کودکان وونگ. ۲۰۱۹