



- شرح بیماری

عبارت است از التهاب و عفونت لوله گوارش که غالباً می‌تواند باعث به هم خوردن ناگهانی و گاهی شدید وضعیت گوارشی شود. گاستروانتریت (اسهال و استفراغ) در تمام سنین روی می‌دهد اما در کودکان کم سن و سال (5-1 سال) و افراد بالای 60 سال شدیدتر است.



- عواقب مورد انتظار

اسهال و استفراغ معمولاً در عرض 2-5 روز برطرف می‌شود، اما بزرگسالان ممکن است تا یک هفته دچار ضعف و خستگی باشند.

- عوارض احتمالی

به دنبال این بیماری کم آبی شدید که نیازمند مایع درمانی و حتی تزریق سرم باشد تنها عارضه این بیماری می‌باشد.

- تشخیص و درمان

پس از شرح حال و معاینه اقدامات تشخیصی ممکن است شامل آزمایش خون و مدفوع باشد. درمان معمولاً حمایتی است (استراحت، مایعات). معمولاً لزومی ندارد افرادی که گاستروانتریت (اسهال و استفراغ) غیر عفونی دارند از بقیه جدا شوند.

- فعالیت

تا زمانی که تهوع، استفراغ، اسهال و تب برطرف نشده باشند در رختخواب استراحت کنید.

- رژیم غذایی و تغذیه

به دنبال اسهال و استفراغ رژیم غذایی خود را به صورت زیر تنظیم نمائید:

- مایعات رقیق بنوشید.
- پس از متوقف شدن اسهال و استفراغ، مقادیر کمی از مایعات رقیق مانند چای و سوپ رقیق بنوشید.
- اگر تا 12 ساعت بعد از مصرف مایعات مشکلی پیش نیامد، مقادیر کمی از غذاهای نرم مانند غلات، برنج، تخم‌مرغ، یا سیب‌زمینی پخته شده، و ماست بخورید.

- علائم

- تهوع و گاهی استفراغ
- بی‌اشتهایی
- تب
- ضعف
- دل‌پیچه، درد، یا حساس بودن شکم هنگام لمس
- اسهال که می‌تواند از روزانه 2-3 بار اجابت مزاج شل تا تعداد زیادی اجابت مزاج آبکی متغیر باشد.

- علل شایع

از علل ایجاد این عارضه به موارد زیر می‌توان اشاره نمود:

- انواع مختلفی از ویروس‌ها، باکتری‌ها، یا انگل‌ها که غذا یا آب را آلوده می‌کنند.
- مصرف داروهای مسهل قوی
- تغییر در باکتری‌هایی که معمولاً در روده‌ها وجود دارند
- وجود سموم شیمیایی در بعضی گیاهان، غذاهایی دریایی یا غذاهای آلوده

- عوامل خطر

- افراد بالای 60 سال

تهیه کننده : مریم دوست بین

منبع : ویلی ونک-کودکان مارلو

پزشک تایید کننده : دکتر دشت پیما متخصص
اطفال

تاریخ تهیه : بهار 1402

- اگر تا 2-3 روز با غذاهای نرم مشکلی پیش نیامد، تدریجاً رژیم عادی خود را از سر بگیرید.
- از خوردن یا آشامیدن موارد زیر تا چند روز بعد خودداری کنید:
الکل، غذاهای پر ادویه (پیتزا، اسپاگتی، پیاز)، سس گوشت، سبزیجات و میوه‌های خام، سس سالاد، قهوه و شیر، آب‌میوه‌های صنعتی
- به کودک غذاهای پتاسیم‌دار مانند: موز نارس و سیب زمینی بدهید.
- برای جبران آب از دست رفته کودک به وی مایعات مانند دوغ و ا.آ.اس (ORS) بدهید.

- داروها

- معمولاً هیچ دارویی مورد نیاز نیست، اما اگر گاستروآنتریت (اسهال و استفراغ) شدید یا طولانی‌مدت باشد، امکان دارد داروی ضد تهوع و گاهی ضد اسهال تجویز شود. همچنین امکان دارد برای بعضی از باکتری‌ها و انگل‌ها درمان آنتی بیوتیکی اختصاصی مورد نیاز باشد.

- در چه شرایطی به پزشک مراجعه نمایید؟

- تورم شکم
- وجود مخاط یا خون در اجابت مزاج
- تب بالا
- استفراغ و اسهال پس از درمان
- در صورت بروز علائم کم‌آبی مانند خشکی دهان، پوست چروکیده، تشنگی زیاد، یا کاهش ادرار، چشمان گود افتاده
- درد شدید در شکم یا راست روده، خصوصاً دردی که از وسط شکم شروع شود و تدریجاً به قسمت پایینی شکم در سمت راست تغییر مکان دهد.
- سن کمتر از 6 ماه
- در صورت بروز عدم تحمل خوراکی (استفراغ‌های مکرر)