



با آرزوی سلامتی برای همه کودکان دنیا

چگونه می توان استفراغ را درمان کرد ؟



واحد آموزش سلامت بیمارستان شهید

حسین پور لنگرود

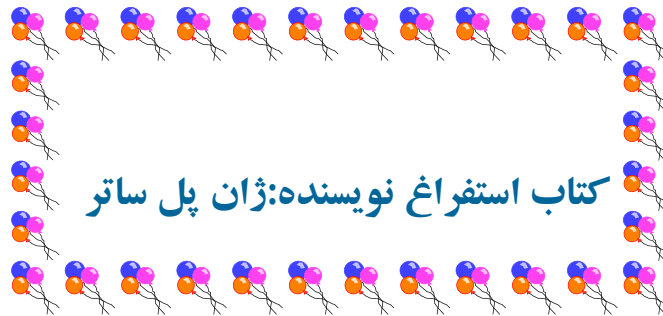
بخش اطفال

بهار ۱۴۰۴

HOSPI-



منابع



کتاب استفراغ نویسنده: ژان پل ساتر

شماره تماس بیمارستان شهید حسین پور

01341564001 لنگرود :

چگونه می توان استفراغ را درمان کرد ؟

محلول خوراکی آب رسانی (هیدراته کردن) بدن (ORS)

جایگزین های محلول خوراکی او آراس (ORS)

دارو درمانی

اگر کودک شما تب دارد و حال او ناخوش است می توانید به او استامینوفن یا ایبوپروفن بدهید. اگر پزشک برای کودک شما دارو تجویز کرده اما کودک از خوردن دارو امتناع می کند و نمی توانید دارو را به او بدهید، لازم است با پزشک خود تماس بگیرید. داروهای غیر تجویزی مانند استامینوفن و ایبوپروفن همیشه هم مؤثر نیستند. این داروها می توانند کودک شما را خواب آلود کنند که این موضوع باعث می شود دادن محلول او آراس به کودک سخت شود. در برخی از موارد که استفراغ کودک همچنان ادامه پیدا می کند، ممکن است پزشک برای او داروی ضد تهوع مانند اندانسترون (Ondanestron) تجویز کند.



استفراغ

VOMIT

استفراغ کردن زمانی رخ می‌دهد که انقباضات عضلات دیواره‌های معده موجب می‌شود که مقدار زیادی از محتویات معده به طرف بالا و به مری بازگردند و از طریق دهان (یا بینی) خارج شوند.

استفراغ با بالا آمدن غذا یا تف کردن متفاوت است. منظور از بالا آمدن غذا یا تف کردن این است که مقداری از غذا یا مایعات، بدون اراده به دهان باز می‌گردند. در این حالت غذاها از مری بالا می‌آیند و وارد دهان می‌شوند.

بالا آمدن غذا یا تف کردن آن در بین نوزادان بسیار شایع است و موضوع نگران کننده‌ای نیست. اما استفراغ کردن در صورتی که موجب از دست دادن مقدار زیادی از مایعات شده و منجر به دی‌هیدراته و بی‌آب شدن بدن کودک شود، می‌تواند خطرناک باشد.

علل استفراغ در کودکان :

عفونت ویروسی یا باکتریایی

گریه کردن بیش از حد

حالت تهوع ناشی از حرکت

مواد سمی

انسداد روده

تهوع و استفراغ در نوزادان :

۱. در نوزادان و طی ماههای اول، استفراغ شایع است اما در صورتیکه استفراغ به طور مکرر اتفاق بیفتد و با کاهش وزن، شیر نخوردن و تب مکرر همراه باشد نیاز به پیگیری دارد
۲. گاهی مادرها از اینکه نوزادشان در روز اول تولد دچار استفراغ خونی میشوند، نگران هستند ولی جای نگرانی نیست و خون موجود در استفراغ همان خونی است که کودک هنگام تولد میبلعد. این مسئله با یک یا دوبار شستشوی معده برطرف میشود.
۳. مورد بعدی استفراغ بعد شیر خوردن است که علت آن بلعیدن هوا طی خوردن شیر است. مادران باید بعد از هر بار شیردهی کودک را وادار به آروغ زدن کنند. در غیراینصورت کودک بخشی از شیر را بالا خواهدآورد.

استفراغ کودک چقدر ادامه پیدا می‌کند؟

عفونت ویروسی دستگاه گوارش معمولاً با استفراغ آغاز می‌شود و گاهی اوقات موجب تب کودک می‌شود. استفراغ کردن کودک اغلب ۱ یا ۲ روز طول می‌کشد اما ممکن است مدت زمان بیشتری نیز ادامه پیدا کند. کودک معمولاً همزمان با استفراغ و یا بعد از آن دچار اسهال می‌شود. استفراغ و اسهال بعد از آن معمولاً بیش از یک هفته ادامه پیدا نمی‌کند.

تغذیه کودک

کودک شما حتی در زمان ابتلا به بیماری گوارشی نیز باید رژیم غذایی معمول خود را داشته باشد. بسیار مهم است که برای کمک به بهبودی کودک، به اندازه‌ی کافی به بدن او انرژی، مواد معدنی و ویتامین برسد. به کودک خود از غذاهایی بدهید که با آن آشناست و به خوردن آن تمایل دارد، مگر آنکه استفراغ کودک شما زیاد و مکرر باشد. بسیاری از کودکان در زمانی که حالت تهوع و استفراغ دارند، ترجیح می‌دهند که غذاهای ساده بخورند. بسیار مهم است که در این زمان شما انعطاف‌پذیری لازم را داشته باشید و به کودک خود غذایی بدهید که مایل به خوردن آن باشد. می‌توانید غذاهایی مانند کلوچه، حبوبات، سرلاک، نان، برنج، سوپ، میوه، سبزیجات و گوشت به کودک بدهید. در صورتیکه کودک شما اسهال دارد، از دادن غذاهای خیلی شیرین به او خودداری کنید.