**علائم بیماری شامل :**

**اسهال ،استفراغ ، بی اشتهایی ،درد شکم ،ضعف وتب است .اگر کودک شما هر یک از علائم زیر را داشت فورا با پزشک تماس بگیرید .**

**درد شکم ،عدم تحمل غذا ،امتناع از نوشیدن ،فرو رفتگی چشم ها ، خواب آلودگی غیر عادی ، ادرار نکردن یا ادرار کردن به میزان کم ، خشک بودن زبان ،استفراغ ،اسهال مکرر (به خصوص اگر آبکی باشد )واسهال خونی .**

**درمان بیماری :**

**پزشک کودک شما را معاینه می کند وتصمیم میگیرد که درمان در منزل یا بیمارستان انجام شود . درمان در منزل معمولا شامل :رعایت رژیم اسهالی با وعده های غذایی بیشتر در فواصل کمتر (شیر مادر ، سوپ ،طبق دستور پزشک )ومصرف داروهای( ORS کته ماست ،موز ،سیب ومایعات غیر شیرین ) تهیه محلول تجویز شده ی خوراکی با توجه به سن وشرایط کودک می باشد .**

**درمان در بیمارستان معمولا شامل : اجرای موارد بالا به علاوه سرم درمانی ،آنتی بیوتیک درمانی ،انجام آزمایشات ،تشخیص(مدفوع ، ادرار ،خون )با نظر پزشک می باشد .استفاده از روش های کاهش اضطراب واسترس برای تسلط بر خود در روند بهبودی کودکتان بسیار موثر خواهد بود .**

**اسهال واستفراغ چیست ؟**

**التهاب معده وروده را گویند که موجب اسهال واستفراغ یا هر دو می شود ودر کودکان شایع است .اسهال واستفراغ معمولا بیماری خفیفی است ، اما گاهی اوقات به خصوص در شیرخواران خطر ناک است .**

**اسهال چیست ؟**

**افزایش در دفعات اجابت مزاج ،افزایش مقدار مدفوع یا تغییر در قوام مدفوع را گویند .**

**استفراغ چیست ؟**

**بازگشت مواد غذایی هضم نشده از معده را گویند .**

**علت چیست ؟**

**علت بیماری ممکن است ویروسی یا میکروبی باشد.**

**دوره بیماری معمولا کمتر از یک هفته است ،کودک ممکن است استفراغ :گاستروآنتریت ویروسی هم داشته باشد که گاهی با تب همراه است .**

**طول مدت بیماری بیشتر است .بیمار تب دارد ،گاهی اسهال خونی دیده :گاستروآنتریت میکروبیمی شود و درد های شکمی هنگام دفع وجود دارد .**



**اسهال و استفراغ چیست**

**تاریخ تدوین :30/7/1402**

**تاریخ بازنگری:30/7/1403**

**واحد اموزش به بیمار**

**کد BRAA1**

|  |
| --- |
| **پزشک تاییدکننده** |

**3. از دست فروشان وفروشندگان دوره گرد خوراکی تهیه نفرمایید .**

**4. غذای پخته شده را فورا میل نمایید (هرچه فاصله بین پخت غذا ومصرف آن کمتر باشد احتمال آلودگی کمتر است )**

**5.از آب آشامیدنی سالم استفاده کنید .از مصرف یخ تهیه شده در خارج از منزل خودداری کنید .**

**6. اگر در مناطقی زندگی می کنید که دسترسی به آب آشامیدنی تصفیه شده ولوله کشی شده وجود ندارد . حتما قبل از مصرف آب را یک دقیقه بجوشانید .**

**7.هنگام مسافرت وبیرون رفتن به قصد تفریح و... حتی الامکان از بطری های آب پلمپ شد ه استاندارد استفاده نمایید .**

**پیشگیری از بیماری :**

**پیشگیری از گسترش اسهال واستفراغ میکروبی آسان تر است . مثلا ظروف تغذیه ای کودک ونیز اسباب بازی های او را قبل از استفاده شستشو وضد عفونی کنید . سعی کنید همه ی اعضای خانواده ،بهداشت شخصی خود را رعایت کنند .**

**غذاها را در درمای مناسب نگهداری کنید . اگر به کودک تخم مرغ می دهید ،آن را 6 دقیقه بجوشانید تا کاملا سفت شود ومرغ را خوب بپزید .**

**نمی توان از آلوده شدن کودک به ویروس های ایجادکننده ی اسهال واستفراغ پیشگیری کرد، اما پس از آلودگی کودک نسبت به ویروس خاصی که باعث بیماری شده ،مصونیت می یابد .**

**دادن شیر مادر به شیر خوار ،خود مهم ترین عامل کاهش ابتلا به اسهال در شیر خواران است .**

**رعایت بهداشت فردی :**

**1.دست های خود و کودکتان را با آب وصابون بشویید .(قبل از دادن شیر یا شروع تهیه غذا ، پس از مصرف غذا ،قبل وبعد از اجابت مزاج )**

**2.میوه وسبزیجات را ضد عفونی کنید .**

**5.از آب آشامیدنی سالم استفاده کنید .از مصرف یخ تهیه شده در خارج از منزل خودداری کنید .**

**6. اگر در مناطقی زندگی می کنید که دسترسی به آب آشامیدنی تصفییه شده ولوله کشی شده وجود ندارد . حتما قبل از مصرف آب را یک دقیقه بجوشانید .**

**7.هنگام مسافرت وبیرون رفتن به قصد تفریح و... حتی الامکان از بطری های آب پلمپ شد ه ی استاندارد استفاده نمایید .**