

# گاستروانتریت

## گاستروانتریت چیست؟

گاستروانتریت نام یک عفونت در معده و روده (روده های کوچک) است. گاستروانتریت می تواند اشخاص در هر سنی را مبتلا سازد و می تواند سبب استفراغ یا اسهال (یا هر دو) شود. این بیماری همچنین ممکن است سبب درد شکم و تب شود.

## چه چیزی سبب گاستروانتریت می شود؟

گاستروانتریت معمولاً توسط ویروس ها و به ندرت توسط باکتری ها یا انگل ها بوجود می آید. این بیماری ممکن است از طریق غذا یا آب آلوده یا اشخاص دیگر که دست های خود را نشسته اند منتقل می شود (شستن دست مخصوصاً بعد از رفتن به توالت، تعویض پوشک یا قبل از دست زدن به غذا مهم است).

کودکان می توانند خیلی سریع با گاستروانتریت مریض شوند. کودکان، مخصوصاً نوزادان، ممکن است به دلیل از دست دادن سریع مایعات از طریق اسهال و استفراغ، به سرعت دچار کم آبی شوند.

## درمان در بخش اورژانس صورت می گیرد

دادن مایعات از طریق دهان بهترین درمان برای کم آبی خفیف می باشد. در بخش اورژانس فرزند شما ممکن است با دادن محلول آبرسان یا از طریق لوله بینی به معده (لوله ای که در بینی قرار می گیرد و به معده می رود) درمان شده باشد.

دادن دارو برای متوقف کردن اسهال توصیه نمی شود و آنتی بیوتیک به ندرت مورد نیاز است.

## مایعات

در موقعی که فرزند شما حالش خوب نیست، نوشیدن منظم مایعات برای جلوگیری از کم آبی بدن مهم است. این مایعات ممکن است آب، آب میوه رقیق شده یا محلول آبرسانی مجدد باشد.

آب سیب شفاف که رقیق شده باشد (نصف آب، نصف آب سیب) اغلب به عنوان محلول آبرسانی مجدد ترجیحی در بخش اورژانس استفاده می شود و می توان آن را در خانه ادامه داد. محلول های آبرسانی مجدد دیگر را می توان از فروشگاه ها یا داروخانه ها خریداری کرد (و همچنین می توانند بصورت یخک باشند یا می توان آنها را به یخک تبدیل کرد).

مایعات دارای قند زیاد (از جمله آب میوه های استاندارد، نوشیدنی های ورزشی یا نوشیدنی های انرژی زا) نباید مصرف شوند چون ممکن است اسهال را بدتر کنند.

اگر استفراغ فرزند شما ادامه یافت، اغلب به او نوشیدنی های کوچک بدهید (مثلاً هر ۱۰ تا ۱۵ دقیقه). استفاده از سرنگ ممکن است کمک کند. با کاهش استفراغ، بیمار می تواند مایعات بیشتری در دفعات کمتری داشته باشد. فرزند شما زمانی که بیدار است باید حداقل مقداری را که در زیر پیشنهاد شده است مایعات بنوشد. نوشیدن مایعات بیشتر از مقدار توصیه شده توسط کودکان مجاز است. اگر استفراغ یا اسهال ادامه یابد، وی به مایعات اضافی برای جایگزینی چیزی که در زمان مریضی از دست می دهند نیاز دارد.

اگر در بیمارستان به فرزند شما با لوله بینی به معده آبرسانی مجدد کرده باشند، ممکن است در اوایل خوب مایعات مصرف نکنند چون ممکن است تشنه نباشد.

| وزن                | مایعات در هر ساعت (موقع بیداری) |
|--------------------|---------------------------------|
| ۸ تا ۱۰ کیلوگرم    | ۴۰ تا ۵۰ میلی لیتر              |
| ۱۰ تا ۱۲.۵ کیلوگرم | ۵۰ تا ۶۰ میلی لیتر              |
| ۱۲.۵ تا ۱۵ کیلوگرم | ۶۰ تا ۷۵ میلی لیتر              |
| ۱۵ تا ۱۷.۵ کیلوگرم | ۷۵ تا ۹۰ میلی لیتر              |
| ۱۷.۵ تا ۲۰ کیلوگرم | ۹۰ تا ۱۰۰ میلی لیتر             |
| ۲۰ تا ۳۰ کیلوگرم   | ۱۰۰ میلی لیتر                   |
| ۳۰ تا ۴۵ کیلوگرم   | ۱۲۵ میلی لیتر                   |

## غذا

- فرزندان را گرسنگی ندهید.
- نوزادانی که با شیر مادر تغذیه می شوند باید به شیرمادر خوردن ادامه دهند.
- شیر و شیر خشک بی خطر هستند و نباید رقیق شوند. اگر احساس می کنید که شیر اسهال نوزاد را بدتر می کند، باید به پزشک تان مراجعه کنید.
- به فرزندان اجازه دهید چیزی را که به طور معمول می خورد مصرف کند. این می تواند شامل برنج، سیب زمینی، نان، غلات، گوشت بدون چربی، ماست، میوه و سبزیجات باشد. با این حال، از غذاهای خیلی شکر دار یا شیرین خودداری کنید چون ممکن است اسهال را بدتر کنند.

## چه موقعی به پزشکتان مراجعه کنید

- اگر نوزاد شما کمتر از ۳ ماه دارد (چون نوزادان خردسال ممکن است خیلی سریع مریض شوند).
- اگر فرزند شما به طور مداوم استفراغ می کند.
- اگر نگران تعداد دفعات برای دفع مدفوع آبکی (پو) هستید، یا اگر این مدفوع دارای خون است.
- اگر فرزند شما از نوشیدن امتناع می کند.
- اگر فرزند شما شکم درد بدی دارد.

اگر فرزند شما علائم کم آبی بدن را دارد مثل:

- خواب آلودگی یا بی حالی
- تحریک پذیری
- خشکی دهان
- چشم ها گود رفته به نظر می رسند
- کاهش دفع ادرار (جیش).
- فرزند شما به مدت ۱۲ ساعت ادرار نکرده است
- کمتر از نصف تعداد معمول پوشک های وی خیس است
- ادرار وی خیلی تیره و غلیظ است.

## چه باید کرد

- تا موقعی که فرزند شما اسهال و استفراغ دارد، او را تا حد امکان از کودکان دیگر در خانه در مدرسه یا مراکز نگهداری از کودکان دور نگه دارید. ممکن است روزها (حتی هفته ها) طول بکشد تا اسهال وی خوب بشود.
- بعد از تعویض پوشک یا بازی با فرزندان، دست های خودتان را بشویید.
- به فرزندان بیاموزید که همیشه دست هایش را بعد از رفتن به توالت بشوید.

- پوشک فرزندان را مرتباً عوض کنید و از کرم پوشک حاوی روی استفاده کنید تا از سوزش پوست نوزاد شما بخاطر اسهال جلوگیری کند.

## اگر نگران هستید

به پزشک محلی تان یا نزدیکترین بخش اورژانس مراجعه کنید.

**Child and Adolescent Health Service**  
Hospital Avenue, Nedlands, WA, 6009 15  
تلفن: (08) 64562222  
تولید شده توسط: بخش اورژانس  
مرجع: CAHS 2023 © 303.7.

**رفع مسولیت:** این نشریه برای ارائه اطلاعات و آموزش عمومی ترتیب شده است. برای دریافت هر نوع توصیه پزشکی مورد نیاز، لطفاً با متخصصین مراقبت بهداشتی مجاز تماس بگیرید.  
State of Western Australia, Child and Adolescent ©  
Health Service



Government of **Western Australia**  
**Child and Adolescent Health Service**

این سند در صورت درخواست، در فرمت های جایگزین برای اشخاص معلول قابل دسترس است.