



اسهال

در کودکان

اسهال در کودکان یک مشکل بسیار شایع است. در اسهال حاد، مدفوع به‌طور ناگهانی آبکی‌تر می‌شود و دفعات دفع آن بیشتر از حالت معمول است (معیار تقریبی: بیش از سه بار دفع مدفوع آبکی در روز، یا دست‌کم دو بار دفع بیش‌تر از مقدار معمول روزانه). در رایج‌ترین موارد بر اثر عفونت‌های ویروسی یا باکتریایی و همچنین عدم تحمل‌های غذایی ایجاد می‌شود. در صورت اسهال، کودک مقدار بیش‌ازحدی آب و همچنین مواد معدنی ارزشمند و الکترولیت‌ها را از دست می‌دهد. اگر جبران کاهش مایعات بدن با مصرف مایعات امکان‌پذیر نباشد، خطر دهیدراتاسیون (کم‌آبی بدن) وجود دارد.

نوزادان و کودکان خردسال تا دو سالگی بیش از دیگران در معرض خطر هستند و بنابراین به مایعات بیش‌تری نیاز دارند.

برای تسکین اسهال کودکان چه کاری می‌توانید انجام دهید؟

- به کودکان به مقدار کافی مایعات بدهید، ترجیحاً چای بابونه که تا دمای اتاق خنک شده باشد.
- برای جبران اختلال در تعادل الکترولیت‌ها، محلول‌های آماده الکترولیت در داروخانه‌ها موجود است (فقط باید به‌صورت کوتاه‌مدت استفاده شوند).
- نوزادانی که با شیر مادر تغذیه می‌شوند، باید همچنان شیر مادر را دریافت کنند یا شیر خشک معمول خود را با غلظت همیشگی بنوشند.
- اگر کودک شما اشتها دارد، به رژیم غذایی پرنشاسته و کم‌چرب و کم‌تحریک‌کننده مانند نان سوخاری، نان تست، فرنی برنج یا هویج، پوره سیب‌زمینی، موز پور شده توجه داشته باشید.
- به کودک خود خوراکی‌ها و غذاهای چرب، دیر هضم یا نفخ‌زا ندهید.

چه زمانی باید مشاوره پزشکی دریافت شود؟

در موارد زیر به پزشک خانواده یا پزشک اطفال مراجعه کنید:

- اگر سن کودک کمتر از ۱۲ ماه باشد.
- اگر اسهال بیش از ۲ روز طول بکشد.
- اگر در روز بیش از ۶ تا ۸ نوبت اسهال رخ دهد.
- اگر کودک علاوه بر اسهال، استفراغ کند.
- اگر کودک از نوشیدن امتناع کند.

آیا مطب پزشک خانواده‌تان اکنون بسته است؟

معمولاً کافی است روز بعد کاری مطب تماس بگیرید.

شما تردید دارید؟ پس با شماره ۱۴۵۰، مرکز مشاوره تلفنی سلامت تماس بگیرید.

اطلاعات بیش‌تر و منابع را در سایت www.wobinichrichtig.at پیدا می‌کنید.



به سوی تندرستی.
کجا باید مراجعه
کنم؟

چه زمانی باید فوراً مشاوره پزشکی دریافت شود؟

اگر فرزندان هر یک از علائم هشداردهنده زیر را نشان می‌دهد:

- نشانه‌های دهیدراتاسیون (کم‌آبی بدن)، برای مثال کاهش ادرار، رخوت یا بی‌حالی، گریه بدون اشک، تشنگی شدید، خشکی دهان و کاهش وزن
- تب بالا (بیش از ۳۹ درجه سانتی‌گراد)
- خون در مدفوع
- درد شکم و حساسیت فشاری بسیار شدید هنگام لمس

منابع:

<https://www.gesundheit.gv.at/krankheiten/kinderkrankheiten/akuter-durchfall.html>

<https://www.gesundheit.gv.at/krankheiten/kinderkrankheiten/chronischer-durchfall.html>

<https://www.msdmanuals.com/de/heim/gesundheitsprobleme-von-kindern/symptome-bei-s%C3%A4uglingen-und-kindern/durchfall-bei-kindern?query=Durchfall>

<https://www.kinderaerzte-im-netz.de/erste-hilfe/sofortmassnahmen/durchfall/>

<https://www.apotheken-umschau.de/krankheiten-symptome/symptome/durchfall-diarrhoe-ursachen-diagnose-therapie-734453.html>

<https://www.1450.wien/gesundheitsinfos/durchfall-bei-kleinkindern/>

ترجمه توسط Übersetzungsbüro EXPRESS KG: <https://www.expresstranslation.at>

آیا مطب پزشکی خانواده‌تان اکنون بسته است؟

معمولاً کافی است روز بعد کاری مطب تماس بگیرید.

شما تردید دارید؟ پس با شماره ۱۴۵۰، مرکز مشاوره تلفنی سلامت تماس بگیرید.

اطلاعات بیشتر و منابع را در سایت www.wobinichrichtig.at پیدا می‌کنید.



به سوی تندرستی.
کجا باید مراجعه
کنم؟