

## الاسهال

الاسهال هو العارض الرئيسي لالتهاب الأمعاء

### الأعراض

- الغثيان والتقيؤ المغص
- الحمى ، فقدان الشهية للطعام والعطش الشديد
- فقدان الماء والأملاح من الجسم ،الهزال وتدهور الصحة
- عياء شديد وتعب
- إحتمال وجود دماء في البراز بسبب الاسهال الحاد أو من جراء وجود جراثيم في الأمعاء

### الأسباب

#### عند الأطفال والرضع

- 90% من حالات الاسهال يسببها "فيروس الروتا"
- تلوث الحليب الذي يشربونه
- تغيير نوع الحليب
- إضافة نوع جديد من الطعام

#### عند الأولاد الأكبر سنا

إكثارهم من تناول الحلويات والمرطبات أو الفاكهة غير الناضجة، غير المغسولة جيدا أو الناضجة حتى التهرؤ

#### من الأسباب أيضا

- تناول طعام ملوث بجراثيم الأمراض
- قد يأتي مصاحبا لبعض الأدوية وبخاصة المضادات الحيوية لا
- الاسهال مضر بنوع خاص بالاطفال ويتعين للوقاية منه إيلاء الطفل عناية خاصة لا سيما في أوقات الحر. من هنا أهمية التعقيم وخاصة للرضعات

#### الاسهال الخفيف

- التخفيف المؤقت من إطعام الطفل بواسطة الفم
- التأكد من تلقي الطفل كمية كافية من السوائل والأملاح لتعويض ما يفقد من جراء الاسهال بحيث لا يتعرض جسمه للجفاف
- إتباع حمية غذائية مناسبة للحالة

#### الاسهال الحاد

يجب أن يتم علاجه بإشراف الطبيب لانه قد تبرز الحاجة لأخذ الطفل إلى المستشفى . ثمة حاجة إلى إستبدال السوائل والمواد التي يفقدها الجسم عن طريق حقن المصل في الوريد. كما يتعين تحديد سبب الاسهال وإعطاء الأدوية المناسبة \*تتأتى بعض حالات الاسهال عند الطفل أو الولد الأكبر نتيجة العجز عن هضم وإمتصاص الحليب مما يوجب إعتداع أنواع من الحليب المصنوع من النبات بدل حليب البقر Neocate

#### الأطعمة المسموحة

- الحليب المخصص للاسهال : Novalac A.D .... Nursie A.D
- الدقيق أو الأرز المطبوخ جيدا في الماء
- البطاطا المسلوقة والمهروسة جيدا ، الخبز العادي أو المحمص، الخضار المسلوقة جيدا ويمكن هرس الخضار وتصفيتهما، الموز، التفاح المسلوق
- في وقت لاحق أي عندما تتحسن نوعية البراز (Selles plus consistentes) يضاف تدريجيا الحليب والفاكهة النظيفة والمعقمة
- الأطعمة الفجة والمشروبات الباردة والدهنية فيجب تجنبها

## الوقاية

- غسل اليدين بالماء والصابون قبل لمس الأطعمة
- غسل اليدين بالماء والصابون قبل الدخول إلى الحمام وعند الخروج منه
- تعقيم الخضار والفاكهة قبل إطعامها للأولاد
- الحرص على نظافة الأولاد بشكل خاص عندما يلعبون خارج المنزل
- يتواجد الآن اللقاح المضاد لعدوى فيروس الروتا وهو فعال

مستشفى أبو جوده / ٢٠١٩ / تعليم المريض