

علیرغم آنکه استفراغ برای کودک و مادر ناراحت کننده است ولی خطر جدی ندارد. اگر بعد از گریه یا سرفه، کودک استفراغ کرد سریعاً او را تمیز کنید، او را به تخت بازگردانید

مواد سمی

ممکن است علت استفراغ خوردن موادی نظیر دارو یا گیاهان سمی یا مواد شیمیایی باشد.

راه چاره: اگر مشکوک هستید که کودک ماده ای سمی خورده است و حتی اگر فکر می کنید که از نوع ماده مصرف شده اطلاع دارید (مثلاً اگر یک شیشه داروی خالی پیدا کردید) فوراً با اورژانس تماس بگیرید.

عفونت

گاهی استفراغ می تواند نشانه ای از عفونت دستگاه تنفسی، دستگاه ادراری یا حتی گوش باشد.



در صورتیکه کودک علاوه بر استفراغ دارای یکی از علائم زیر است بلافاصله به پزشک اطلاع دهید:

- شکم متورم و حساس: این ممکن است علامت تجمع مایع و گاز در اثر انسداد روده یا مشکلات دیگری در دستگاه گوارشی باشد.

- تشنج: تشنج در اثر افزایش تکانه های الکتریکی مغز به وجود می آید و ممکن است در اثر تب شدید، عفونت خطرناک و یا صرع ایجاد شود.

استفراغ شدید و تکرار شونده و یا استفراغی که هنوز پس از ۲۴ ساعت متوقف نشده است. تهوع و استفراغ با رنگ زرد یا سبز، همراه با درد شکم و تب نیاز به بررسی دارد.

- استفراغ شدید و مداوم در یک ساعت پس از غذا: هر چه سریعتر به پزشک اطلاع دهید.

- خستگی بیش از حد یا با تغییر رفتار کودک همراه باشد.

نکات مورد توجه :

داروهای ضد تهوع می توانند در کودکان علائم ایجاد کنند. تجویز دارو فقط باید با نظر پزشک معالج باشد.

استفاده از نوشابه به عنوان جایگزین آب بدن ممنوع است ولی آب میوه هایی مانند آب سیب، دوغ، آب معمولی و محلول او آر اس (در صورت تجویز پزشک) مفید هستند.

غذاهای چرب و شیرین باعث تشدید علائم می شوند چون این دو به مدت طولانی تری داخل معده می مانند. غذا باید با حجم کم، با قاشق های کوچک به کودک داده شود. محلول او آر اس نیز بهتر است خنک باشد. معده ناراحت، غذاهای سرد را بهتر از غذاهای گرم تحمل می کند.

در صورت داشتن هرگونه سوال غیر از روزهای تعطیل ۹-۷

صبح با داخلی ۲۲۳۵ واحد مراقبت در منزل تماس فرمایید



وزارت بهداشت و آموزش پزشکی
سازمان مدیریت و برنامه ریزی

بیمارستان فاطمه الزهراء (س) مهریز

کد سند : PA/HC/30



استفراغ در نوزاد و اطفال

تهیه کننده : فاطمه زارع بیدکی

واحد آموزش به بیمار

منبع: پرستاری داخل جراحی برونر سوارث

وقتی انقباض عضلات معده زیاد می شود، محتویات آن را با فشار به بیرون می راند و در نتیجه استفراغ اتفاق می افتد. رنگ استفراغ معمولی تا حدودی زرد و به علت برگشت صفرها به معده است

علت استفراغ

- اشکال در نحوه تغذیه
- بازگشت غذا از معده یا ریفلاکس
- عفونت معده
- سرما خوردگی یا سایر عفونت های تنفسی
- گریه یا سرفه بیش از حد
- مواد سمی
- عفونت یا بیماریهای خطرناک

اشکال در نحوه تغذیه

اشکال در تغذیه نظیر شیر دادن بیش از حد، سوء هاضمه و یا حساسیت نسبت به پروتئین موجود در شیر مادر یا شیر خشک است. سعی کنید تعداد دفعات شیر دادن را بیشتر کنید و از مقدار آن در هر نوبت بکاهید

بلع هوا و افزایش فشار معده

می تواند باعث پس زدن شیر شود بنابراین به او کمک کنید تا هوای معده را تخلیه کند. در غیر این صورت کودک بخشی از شیر را بالا خواهد آورد. در ضمن تا نیم ساعت پس از غذا دادن، یا شیر دادن به او بازی شدید نکنید و او را کاملا مستقیم نگه دارید تا غذا فرصت هضم شدن داشته باشد.

ریفلاکس

ریفلاکس زمانی پیش می آید که عضلات بین مری و معده به درستی کار نکنند و در نتیجه محتویات معده به حلق باز می گردد. کودک احتمالا دچار دل درد و سوزش یا تحریک سینه و حلق است .

نوزاد را می توانید به مدت ۳۰ دقیقه پس از غذا در حالت نیمه نشسته قرار دهید؛ مانند وضعیتی که در صندلی اتومبیل یا کاریر دارد. وی می تواند در همین حال بخواب رود. اگر او را کاملا سر پا نگه دارید ممکن است به شکمش فشار وارد آید و مجددا بالا بیاورد. نوزاد را تکان تکان ندهید و اجازه ندهید پس از غذا فعالیت زیادی داشته باشد.

عفونت معده

ویروس ها در کودک چند ماهه شایعترین علت استفراغ محسوب می شوند چنین کودکانی مشکلی ندارند ولی به طور ناگهانی دچار استفراغ میشوند.. بخصوص اگر به مهد کودک بروند و یا خواهر و برادر بزرگتری داشته باشند که ویروس را به خانه می آورند.

کودکی که مبتلا به بیماری ویروسی معده است ممکن است علاوه بر استفراغ، به اسهال، از دست دادن اشتها و تب نیز دچار شود.

راه چاره: کودک با هر نوبت استفراغ میزان زیادی آب از دست می دهد و جایگزین کردن آن حائز اهمیت شایانی است. کاهش آب بدن می تواند برای کودک مشکل جدی به حساب آید. خوابیدن نیز ممکن است به تنظیم بدن او کمک کند؛ معمولا در طول زمان خواب محتویات معده به روده تخلیه شده و استفراغ کم می شود. اگر کودک قادر است به پهلو بغلند و یا بطور طبیعی بر روی شکم می خوابد این حالت برای او راحت تر از خوابیدن به پشت است.

سرما خوردگی یا سایر عفونت های تنفسی

التهاب یا عفونت تنفسی نیز می تواند به استفراغ منجر گردد زیرا خلط زیاد در کودکان باعث استفراغ می شود..

راه چاره: سعی کنید که از تجمع خلط در بینی کودک بکاهید

