

مراجعة و موافقة
2008

السلسلة التثقيفية لصحة الطفل (11)

الإسهال و الجفاف عند الأطفال

DIARRHEA & DEHYDRATION
IN CHILDREN



المملكة العربية السعودية
رئاسة الحرس الوطني للشؤون الصحية
مدينة الملك عبدالعزيز الطبية

يعتبر قسم طب الأطفال من الأقسام الكبيرة في مستشفى الملك فهد للحرس الوطني التابع لمدينة الملك عبد العزيز الطبية بالرياض. ويضم هذا القسم عدداً كبيراً من الأطباء الاستشاريين في كافة تخصصات طب الأطفال الدقيقة - أمراض الحساسية ونقص المناعة، أمراض الغدد الصماء والسكري، أمراض الجهاز الهضمي والكبد، الأمراض الوراثية والاستقلابية، أمراض الدم والأورام، الأمراض المعدية، أمراض الكلى، أمراض القلب والأوعية الدموية، الأمراض العصبية، الأمراض الصدرية، الأمراض الروماتيزمية، الأمراض النفسية، وتخصص سلوكيات ونمو الأطفال وطب البلوغ والمراهقة، الأمراض الجلدية، بالإضافة الى العلاج المركز للأطفال، والعلاج المركز لحديثي الولادة والحدج، وطب طوارئ الأطفال و أمراض الأطفال العامة . و يوجد في المستشفى مختلف تخصصات جراحة الأطفال - الجراحة العامة، جراحة العظام، جراحة المسالك البولية، جراحة القلب، جراحة زراعة الأعضاء، جراحة الأعصاب، جراحة التجميل والحروق، جراحة العيون، جراحة الأنف والأذن والحنجرة، جراحة الفم والأسنان - بالإضافة الى التخصصات الصحية المساندة وهناك اكثر من ٤٠ متدرباً في برنامج تخصص طب الأطفال للمقيمين وبرنامج الزمالات في تخصصات طب الأطفال الدقيقة وتدريب أطباء الامتياز وطلاب كلية الطب.

اقتبست معلومات هذه المطوية من مراجع و مصادر علمية موثوقة وتم تدقيقها بعناية من قبل لجنة التوعية والتثقيف الصحي في قسم طب الأطفال وبمشاركة الاستشاريين المختصين في موضوع المطوية .

قسم طب الأطفال (١٥١٠)
مستشفى الملك فهد للحرس الوطني
مدينة الملك عبد العزيز الطبية
ص. ب ٢٢٤٩٠ الرياض ١١٤٢٦
بريد إلكتروني peds1@ngha.med.sa
موقع الإنترنت : www.ngha.med.sa

جميع الحقوق محفوظة - رقم ايداع (١٤٢٧/٢١٨٦) - مكتبة الملك فهد الوطنية



ماذا عن مضادات الإسهال؟

في معظم الأحيان لا ينصح باستخدام هذه الأدوية وقد يكون لها تأثيرات عكسية في بعض الحالات ولذلك يجب الامتناع عن تناولها.

ما هو أفضل علاج للإسهال؟

بسبب شيوع الإسهال فإن هنالك الكثير من الأدوية الشعبية المتداولة بين الناس إلا أن هذه الأدوية قد تكون ضارة ولذلك فإن أفضل علاج للإسهال عند الأطفال هو ما ذكر في هذه المطوية وإذا كان هنالك أي تساؤل أو استفسار فإنه ينصح بمراجعة الطبيب .

كيفية الوقاية من الإسهال

- الحرص على إرضاع الطفل رضاعة طبيعية لاطول مدة.
- الاهتمام بنظافة الماء والغذاء للطفل.
- الاهتمام بالنظافة الشخصية وغسل اليدين باستمرار.
- الابتعاد عن المأكولات التي قد تكون ملوثة.

تذكر ما يجب وما لا يجب فعله

افعل

- راقب طفلك ولاحظ ظهور علامات الجفاف الناتجة عن: فقدان السوائل بكميات كبيرة ومن هذه العلامات ، جفاف الشفتين ، عدم نزول الدمع عند البكاء ، نقص الوزن ، إغورار العينين و العطش الشديد ، قلة التبول والخمول.
- استمر في إعطاء محلول الجفاف حتى ولو كان الطفل يتقيأ.
- استمر في إعطاء طفلك الغذاء أو الحليب المعتاد والغذاء الذي لا يسبب له توعك في المعدة .

لا تفعل

- لا تحاول عمل محلول للجفاف في البيت.
- لا تمنع طفلك من تناول أي غذاء يشتهي.
- لا تستخدم أي أدوية مضادة للإسهال إلا بعد إستشارة الطبيب.

ما هو الإسهال ؟

هو الزيادة في عدد مرات التبرز أو كمية وليونة البراز عن المعتاد.

ما أسباب الإسهال ؟

تشكل الفيروسات السبب الرئيسي للإسهال عند الأطفال و معظم الحالات تتشافي خلال أيام قليلة . وبالرغم من تعدد أسباب الإسهال كالنزلات المعوية البكتيرية وتسمم الغذاء الا أننا في هذه المطوية سنتناول حالات الإسهال الفيروسي الحادة والتي تبدأ بارتفاع في درجة الحرارة مصحوباً بتقيؤ ومن ثم يبدأ الإسهال بعد ذلك بساعات. في العادة يشعر الطفل بتوعك ولكنه يظل نشيطاً وحركته طبيعية وفي العادة ليس هناك حاجة لاستشارة الطبيب إذا لاحظت أن طفلك يتمتع بصحة جيدة حتى لو كان يعاني من :

- إسهال متكرر
- غازات معوية
- براز أخضر أو أصفر اللون

ما هي اعراض الجفاف ؟

تختلف الاعراض حسب شدتها. والاطباء في العادة يقسمون الجفاف الى ثلاثة درجات: الدرجة الخفيفة في العادة لا يكون هناك اعراض ظاهرة عدى الاسهال والقيء بينما في الجفاف الشديد فإن جميع اعراض الجفاف ظاهرة، أنظر للجدول المقابل لمزيد من التفاصيل.

كم مدة النزلة المعوية ؟

في معظم الأحيان يستمر الإسهال لمدة ثلاثة الى ستة أيام وفي أحيان قليلة قد يستغرق فترة أكثر من ذلك بأيام. قد يستمر الطفل في إخراج براز لين ولكن هذا ليس ذو أهمية طالما أن الطفل يتمتع بصحة جيدة.

ما هو العلاج؟

في معظم الأحيان يكون سبب الإسهال نزلة معوية فيروسية وفي هذه الحالة ينصح بإعطاء الطفل محلول الجفاف بشكل متكرر عن طريق الفم لمنع الجفاف. ينصح تناول الطفل غذائه المعتاد والاستمرار في شرب الحليب سواء كان طبيعياً أو صناعياً. لذلك فإن معظم

علامات التشخيص لتحديد مختلف مستويات الخطورة وتمييزها في التجفاف الناتج عن الاسهال			
علامات/ أعراض	جفاف خفيف	متوسط	شديد
الإنتباه	فطن	عادي مرهق، قلق، منزوع	مهمل، خامل، فاقد الوعي
عطش	يشرب بطريقة عادية، قد يرفض السوائل	عطشان يريد أن يشرب	يشرب قليلاً، غير قادر على الشرب
دقات القلب	عادية	عادية الى مرتفعة	سريعة جداً
التنفس	عادي	عادي، سريع	عميق
العينان	عاديتان	غارقتان قليلاً	غارقتان جداً
الدموع	موجودة	قليلاً	غائبة
الفم واللسان	رطب	جاف	ظامء
مرونة البشرة	رجوع آني	رجوع في أقل من ثانيتين	رجوع في أكثر من ثانيتين
الاطراف	دافئة	باردة	باردة محمرر، فاقد اللون

الحالات يمكن معالجتها في المنزل مع اتباع إرشادات الطبيب وتناول محلول الجفاف.

ما هو محلول الجفاف ؟

سائل معالجة الجفاف مركب من الماء بالإضافة الى نسبة معينة من الأملاح والسكر وهي موجودة في معظم الصيدليات تحت أسماء تجارية إلا أنها في معظم الأحيان تتشابه في التركيب وينصح بإعطاء الطفل من هذه السوائل بكميات مناسبة لتعويض السوائل المفقودة. وتقدر الكمية حسب نسبة الجفاف وفي الغالب يعطى الطفل كوب من المحلول لكل حالة تبرز.

كيف تتجح في إعطاء المحلول؟

الطفل الذي يحس بالعطش سوف يتقبل المحلول تلقائياً إذا لم تتجح المحاولة جرب الطرق التالية:

1. اعط كميات قليلة بالمعلقة أو بالفنجان كل 5 دقائق مع التشجيع.
2. حاول ان يكون المحلول بارد بعض الشيء.

3. اضع بعض المواد التي تجعل الطعم مرغوب به كبودرة البرتقال او الليمون او بعض المشروبات الغازية ولكن بكميات قليلة.

4. يمكن استعمال محاليل الجفاف الجاهزة بطعم الفواكه.

5. لا تتوقف عن إعطاء المحلول حتى وإن كان الطفل يتقيء.

تجدد الإشارة هنا الى أن محاليل الجفاف لن توقف الاسهال ولكنها تعوض الجسم بالسوائل والأملاح التي تفقد مع التبرز الا ان يتوقف الاسهال لوحده كالمعتاد.

متى يراجع الطفل المستشفى؟

إذا كان عمر طفلك أقل من ستة اشهر أو إذا كان يعاني من الأعراض التالية:

- دم مع البراز
- تقيؤ مستمر
- آلام في البطن
- حرارة عالية
- قلة تناول السوائل وخمول وقلة النشاط

ينصح بمراجعة الإسعاف فقد يحتاج الطفل الى تعويض السوائل المفقودة بالتروية الوريدية.

الأسئلة المتكررة

هل ينصح بالامتناع عن الأكل والشرب؟

لا ينصح بذلك بل على العكس يترك للطفل الحرية في تناول ما يشتهي من الأكل والشرب كما ينصح بالاستمرار في تناول الحليب الطبيعي. وقد يحتاج الطفل الى تعديل في الحليب الصناعي بحسب إرشادات الطبيب.

ماذا عن المشروبات الغازية والعصيرات؟

إذا كان الإسهال خفيفاً فإنه باستطاعة طفلك شرب ما يريد من السوائل . أما إذا كان الإسهال بدرجة أكبر فإنه ينصح بتناول محلول الجفاف وتقليل تناول المشروبات الغازية والعصيرات والحليب قليل الدسم مع الإنتباه الى أن المشروبات الغازية لا تحتوي على أملاح بل سكر وماء وهذا غير كافي.