



راهنمای پرستاری آموزش خودمراقبتی به بیمار، حین ترخیص

اسهال خونی در کودکان

❖ رژیم غذایی

- ✓ در صورت اجازه پزشک روزانه کودک را به نوشیدن مایعات کافی تشویق کنید.
- ✓ از نوشیدن نوشیدنی های حاوی کافئین مانند قهوه و چای اجتناب شود.
- ✓ از مصرف غذاهای پر ادویه و محرک مانند پیتزا، اسپاگتی، پیاز، انواع سس، سبزیجات و میوه های خام، و شیرتا چند روز خودداری شود.
- ✓ از مصرف نوشیدنی های شیرین، آب میوه های صنعتی و نوشیدنی های انرژی زا پرهیزشود.

❖ فعالیت

- ✓ کودک تا یک هفته ممکن است ضعف و بی حالی داشته باشد بنابراین از فعالیت های شدید پرهیز کند.
- ✓ تا زمانی که تهوع، استفراغ، اسهال و تب برطرف نشده باشد در رختخواب استراحت کند.

❖ مراقبت

- ✓ در محل اقامت کودک سیگار نکشید.
- ✓ شستن دست ها مهمترین اقدام جهت پیشگیری از انتشار این بیماری هاست. این کار باید قبل از آماده سازی مواد غذایی، صرف غذا، بعد از رفتن به دستشویی و لمس وسایل شخصی صورت گیرد.
- ✓ دوره درمانی کودک را کامل کنید و از قطع خودسرانه آن خودداری کنید.
- ✓ از مصرف دارو بدون اجازه پزشک خودداری شود.
- ✓ پس از هر بار دفع تمیزی ناحیه ی مقعد کودک را بررسی و در صورت نیاز از پماد تجویز شده توسط پزشک استفاده کنید.



❖ زمان مراجعه بعدی

✓ ایجاد علائم کم آبی مثل خشکی دهان، پوست چروکیده، تشنگی زیاد، یا کاهش ادرار، بیحالی، فرورفتگی چشم ها، کاهش وزن سریع.

✓ درد شدید در شکم خصوصاً دردی که از وسط شکم شروع شود و تدریجاً به قسمت پایینی شکم در سمت راست تغییر مکان دهد.

✓ در موارد استفراغ بیشتر از دو روز، اسهال بیشتر از چندین روز، اسهال خونی، تب بالای 38 درجه سانتی گراد، دردهای شکمی شدید، ضعف و گیجی کودک را مجدداً به پزشک یا بیمارستان برسانید.

References : 1. clinicalkey 2. mayoclinic 3. Brunner & Suddarth's Textbook of Medical-Surgical Nursing 4. familydoctor 5. Betterhealth

تهیه شده در واحد آموزش سلامت بیمارستان افضل پور کرمان. بهار 1403

034 31328143