

الإسهال عند الأطفال



تعريف الإسهال: هو إخراج البراز لين وغير متماسك او سائل لعدة مرات في اليوم.

الأعراض:



- تغير في شكل البراز بحيث يصبح لين او كالسائل.
- زيادة في عدد مرات التبرز.
- أحيانا ارتفاع في درجة الحرارة.
- فقدان للشهية.
- الشعور بالغثيان.
- قيئ.
- مغص وتقلصات.
- طرح براز مخلوط بالدم.

متى يجب مراجعة الطبيب؟



- عند إصابة الرضيع الذي يقل عمره عن ستة أشهر.
- عند تغير لون البراز إلى الأسود أو طرح براز مخلوط بالدم.
- قيئ متكرر.
- ارتفاع درجة الحرارة عن ٣٨ أو أكثر.
- ظهور أعراض الجفاف على الطفل (قلة التبول، عدم إفراز دموع أثناء البكاء، جفاف الجلد والفم واللسان، الصداغ).
- العين تكون غائرة وتغير لون الجلد إلى اللون الرمادي.

ما الذي يسبب الإسهال عند الأطفال:

بعض أنواع المضادات الحيوية، حساسية لبعض الأطعمة، تتسبب الجراثيم كالفيروسات مثل الروتا فيروس، والتهاب الكبد الفيروسي أ أو البكتيريا كـ *E. coli* وغيرها من البكتيريا أو الطفيليات التي تسبب الإسهال عند الأطفال. من السهل انتقال هذه الجراثيم من شخص إلى آخر وبالأخص الأطفال.

طرق الوقاية:

- تعليم الطفل غسل يديه جيدا بالماء والصابون خاصة بعد استخدام المراض وقبل الأكل.
- تعويد الطفل على غسل الفاكهة والخضروات قبل أكلها.
- عدم أكل الأطعمة المكشوفة أو الأكل خارج المنزل.
- اخذ اللقاحات المناسبة كلقاح (التهاب الكبد الفيروسي، الروتا فيروس) عند السفر للأماكن الموبوءة أو تكرار حالات الإسهال طول العام.

العلاج:

- في حالات الإسهال البسيط والمتوسطة يمكن علاج الطفل في المنزل دون الحاجة إلى الذهاب إلى المستشفى وذلك بعمل التالي:
- إعطاء الطفل السوائل لمنع الجفاف مثل محلول الجفاف، عصير التفاح مخفف بالماء.
 - تجنب إعطاء الطفل الحليب، الأكل الغني بالألياف، السكريات أو الأكل الدسم الغني بالدهون حيث انه يزيد الحالة سوء.
 - بالنسبة للرضيع الذي يرضع رضاعه طبيعية تستمر الأم في إرضاعه حتى إثناء الإسهال أما بالنسبة للرضيع الذي يرضع الحليب الصناعي يتم إعطائه حليب خالي من اللاكتوز.
 - بالنسبة للطفل الذي يأكل ولا يعتمد على الحليب فقط يعطى السوائل مثل وعصير التفاح وغيرها من العصائر لمدة ٢٤ ساعة ثم يعطى وجبات

- خفيفة مثل الموز، والتفاح المسلوق والبطاطس والأرز المسلوق أو
الجلي .
- للطفل المصاب بإسهال شديد أو ارتفاع في درجة الحرارة أو الطفل حديث
الولادة لابد من الذهاب إلى المستشفى لإعطائه السوائل عن طريق
الوريد.