



الإسهال عند الأطفال



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



الأعراض:

- تغير في شكل البراز بحيث يصبح لين أو كالماء.
- زيادة في عدد مرات التبرز.
- أحياناً ارتفاع في درجة الحرارة.
- فقدان للشهية.
- الشعور بالغثيان.
- قيء.
- مفاص وتكلسات.
- طرح براز مخلوط بالدم.



متى يجب مراجعة الطبيب؟

- عند إصابة الرضيع الذي يقل عمره عن ستة أشهر.
- عند تغيير لون البراز إلى الأسود أو طرح براز مخلوط بالدم.
- قيء متكرر.
- ارتفاع درجة الحرارة عن ٣٨°C أو أكثر.
- ظهور إعراض الجفاف على الطفل (قلة التبول، عدم إفراز دموع أثناء البكاء، جفاف الجلد والفم واللسان، الصداع).
- 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 فيرس، والتهاب الكبد الفيروسي أ أو البكتيريا كبيكتيريا إل (E. coli) وغيرها من البكتيريا أو الطفيلييات التي تسبب الإسهال عند الأطفال. من السهل انتقال هذه الجراثيم من شخص إلى آخر وبالأخص الأطفال.

طرق الوقاية:

- تعليم الطفل غسل يديه جيداً بالماء والصابون خاصة بعد استخدام المرحاض وقبل الأكل.
- تعويد الطفل على غسل الفاكهة والخضروات قبل أكلها.
- عدم أكل الأطعمة المكشوفة أو الأكل خارج المنزل.
- اخذ اللقاحات المناسبة كل Fah (التهاب الكبد الفيروسي، الروتا فيرس) 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 أنه يزيد الحالة سوء.
 - بالنسبة للرضيع الذي يرضع رضاعه طبيعية تستمر الألم 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 عصير 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 لاعطائه السوائل عن طريق الوريد.