

الاسهال والتقيؤ (لدى الاطفال)

ان الاسهال والتقيؤ هو شائع بين الاطفال . وقد يؤدي الاسهال والتقيؤ الحاد الى الجفاف ولكن من الممكن معالجة التهاب المعدة والامعاء في المنزل .ويستمر الاسهال من 5-7 ايام ويتوقف خلال اسبوعين . وأما التقيؤ فيستمر من يوم الى يومين وينتهي خلال ثلاثة ايام .

مالذي يتوجب عليك فعله :

- الاستمرار في ارضاع الطفل بالرضاعة الطبيعية .
- تشجيع الطفل على تناول السوائل.
- الامتناع عن تقديم العصائر والمشروبات الغازية للطفل .
- تقديم مشروبات للطفل مثل الديرالاييت بكميات قليلة وبصورة منتظمة.

يمكن تقييم درجة الجفاف من الحالات التالية:

- ان الأطفال الذين تبلغ اعمارهم اقل من سنة وبالتحديد من هم اقل من ستة اشهر معرضين لخطر الجفاف وخاصة الرضع الذين يولدون بأقل من الوزن الطبيعي.
- الأطفال الذين تغطوا لاكثر من 6 مرات في الاربعة وعشرين ساعة الماضية .
- الأطفال الذين تقيؤوا ثلاث مرات او اكثر في الاربعة وعشرين ساعة الماضية.
- الأطفال الذين توقفوا عن الرضاعة الطبيعية .
- يتبول الاطفال بكمية اقل بحيث تكون حفاضاتهم ناشفة.

احرص على زيارة الطبيب اذا ظهر على طفلك اي من الاعراض في اعلاه .

يجب ان تلتزم بـ:

- * غسل اليدين بالصابون (ويفضل الصابون السائل)مع الماء الدافئ والحرص على تجفيفها حيث تعتبر عملية غسل اليدين بالصابون من اهم العوامل لمنع انتشار الامراض.
- * غسل ايدي الاطفال بعد الخروج من دورة المياه وغسل أيدي من يغير الحفاض للطفل وغسل الايدي قبل تقديم الطعام وتناوله.
- * عدم استخدام مناشف الاطفال المصابين .
- * الحرص على عدم ذهاب الطفل للمدرسة او دار الحضانة خلال اصابته بالاسهال والتقيؤ الا بعد 48 ساعة من آخر حادثة اسهال او تقيؤ .
- * الحرص على منع الطفل من ممارسة السباحة لمدة اسبوعين بعد آخر حادثة اسهال .