

# اسهال



منبع: Health line

طراح و تنظیم: آموزش به بیمار بیمارستان لقمان حکیم

ویرایش دی ۱۴۰۱

## • شیر مادر در کودکان

آبمیوه بدون اسهال وضعیتی است که در آن فرد دست کم سه بار در روز دفع مدفوع روان یا مایع دارد. این حالت می تواند چند روز به طول بینجامد و موجب کم آبی بدن شود.

## اصلی ترین علت:

علت آن عفونت روده هاست که از طریق غذا یا آبی که آلوده است یا مستقیماً از فردی منتقل می شود که به این بیماری آلوده است.

## پیشگیری:

✓ رعایت بهداشت

✓ آب آشامیدنی پاک

✓ شستن دستها

## درمان:

• ORS که همان آب آشامیدنی به همراه مقدار متعادلی نمک و شکر است.

• خوردن تکه های میوه

• داروهای ضد اسهال طبق دستور پزشک و داروهای آنتی بیوتیک طبق دستور پزشک

• در صورت خارش-سوزش-زخم یا درد در ناحیه مقعد که حاصل دفعات مکرر دفع مدفوع است ،حمام گرم و دوش گرم می تواند کمک کننده باشد، بعداز دوش با حوله تمیز و نرم با حرکات ضربه ای آرام مقعد را خشک کنید.

• آب جوجه یا آب گوشت بدون چربی و سوپ وسودا (بدون کافئین) مناسب است.

- دیابت
- بیماریهای روده مثل : بیماری های کولون وکولیت اولسراتیو
- پرکاری تیروئید
- پرتو درمانی
- سوء جذب



- چای با عسل، وبه جای نوشیدن مایعات همراه با غذا بین وعده های غذای مصرف شود .
- اگر مایعات را تحمل نمی کنید چند وقت یکبار یک جرعه بنوشید .

### علائم اسهال:

- احساس مکرر دفع مدفوع
- مدفوع رقیق یا شل
- مدفوع آبکی
- تهوع و استفراغ
- نفخ شکم
- کرامپ و گرفتگی مخاط یا غذای هضم نشده در مدفوع
- کاهش وزن

### علل اسهال:

- سوء مصرف الکل
- دیابت
- حساسیت به غذاهای خاص