

اسهال حاد



طراح و تنظیم: آموزش به بیمار بیمارستان لقمان حکیم

ویرایش سمیرا رضایی مهر ۱۴۰۳

اسهال وضعیتی است که در آن فرد دست کم سه بار در روز دفع مدفوع آبکی یا شل دارد. این حالت می تواند چند روز به طول بینجامد و موجب کم آبی بدن شود و اسهال حاد معمولا کم تر از دوهفته طول می کشد.

اکثر عوامل ایجاد کننده ی اسهال، از راه دهان وارد بدن می شوند.

اگرچه غذایی که ما می خوریم، استریل نیست، اما اسید معده و آنتی بادی های تولید شده توسط سلول های روده قادر به جلوگیری از رشد عوامل بیماری زا می باشد زمانی که دوز عفونی به حد کافی زیاد باشد یا غذا باعث خنثی شدن محیط اسیدی شود عفونت می تواند رخ دهد.

اصلی ترین علت:

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

بیماری های اسهالی دارای علل زیاد ویروسی، باکتریایی و انگلی هستند. علل شایع اسهال باکتریایی شامل اشریشیا کولی، سالمونلا، شیگلا، کامپیلو باکتره هستند.

مهم ترین ویروس عامل ایجاد کننده اسهال، روتا ویروس است.

پیشگیری:

✓ رعایت بهداشت دست

✓ آب و غذای سالم

✓ شستن دستها

✓ باید اصول تهیه غذای سالم به خصوص نحوه تهیه و پخت گوشت را هرچه بیشتر مورد تاکید قرار داد.

✓ شیردهی نوزاد و بچه های زیر یک سال

✓ دفع صحیح زباله

درمان:

- که ORS همان آب آشامیدنی به همراه مقدار متعادلی نمک و شکر است.
- 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، بعد از دوش با حوله

تمیز و نرم با حرکات ضربه ای آرام مقعد را خشک کنید.

علائم اسهال:

- احساس مکرر دفع مدفوع
- مدفوع رقیق یا شل
- مدفوع آبکی
- تهوع و استفراغ
- نفخ شکم
- درد شکم
- کاهش وزن



(۴)

چه موقع باید به متخصص مراجعه کرد:

وجود خون در اسهال

درد شدید شکم

اسهال پس از برگشتن از مسافرت

کم شدن مقدار ادرار کم تر از حد معمولی

و ادرار تیره

سریع شدن ضربان قلب

سر درد و خشکی پوست

احساس تحریک پذیری یا سرگیجه

تب

نقص ایمنی

سن بالا با درد شکم

مصرف قبلی آنتی بیوتیک

طغیان اسهال

تعیین وضعیت مایع مهم ترین بخش بررسی مبتلایان به اسهال. هدف از جایگزینی مایع، اصلاح کم آبی می باشد.

اصلاح کم آبی ناشی از اسهال

بیمار از نظر میزان شدت کم آبی مقدار و راه جایگزین کم آبی مورد نیاز بررسی می شود.

(۵)

جبران کم آبی و استفاده از ORS، یک راهبرد مورد استفاده به منظور کاهش شدت عوارض بیماری اسهالی بدون توجه به عامل ایجاد کننده اسهال می باشد.

نحوه تهیه پودر ORS

ORS طبق دستور مندرج روی پاکت باید تهیه شود.

ولی می توان در منزل هم با این دستور ORS را تهیه کرد:

داخل یک لیتر آب جوشیده سرد، ۸ قاشق چای خوری شکر و ۳ قاشق چای خوری نمک حل کرده در آخر یک موز داخل این محلول میکس شود.

کم آبی خفیف: مخاط دهان خشک بوده و تشنگی بیمار زیاد است. هدف از درمان این کم آبی، دریافت ۵۰ میلی لیتر به ازای هر کیلوگرم وزن بدن از محلول ORS در طی ۴ ساعت می باشد.

کم آبی متوسط: فرورفتگی حلقه چشم ها، کاهش تورگور پوستو خشکی مخاط ها از تظاهرات شایع هستند. هدف از درمان این کم آبی، دریافت ۱۰۰ میلی لیتر به ازای هر یک کیلوگرم وزن بدن از ORS در عرض ۴ ساعت است.

کم آبی شدید: بیمار دارای کم آبی شدید، نشانه های شوک (نبض سریع و نخی شکل، سیانوز، سردی اندام ها، تنفس سریع، خواب آلودگی یا اغما) رانشان می دهدو باید تا بازگشت وضعیت طبیعی همدینامیک و ذهنی با مایعات داخل وریدی تحت درمان قرار گیرد.

(۶)