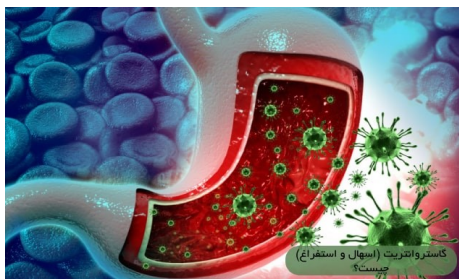


گاستروآنتریت (اسهال و استفراغ)



واحد آموزش سلامت بیمارستان مادر

گروه هدف: بیماران و همراهیان

کلینیک های فعال در بیمارستان و زایشگاه مادر				
نام کلینیک	مکان کلینیک	ساعت فعالیت	داخلی	خدمات ارائه شده
شیرمادر	طبقه همکف	۸-۱۲	۱۱۰	رفع مشکلات شیردهی مادران پس از ترخیص
آموزش سلامت		۸-۱۲	۱۲۶	ارائه آموزش درمورد دیابت و فشارخون و گرفتن فشار و قند خون رایگان از مراجعه

از طریق اسکن QR-Code می توانید به محتوای این پمفلت دسترسی داشته باشید



کد سند: MHVAM\۳۳\۵۳۷

تاریخ تنظیم: ۱۳۹۸/۰۱/۲۶

تاریخ اجرا: ۱۳۹۸/۰۲/۰۱

تاریخ بازنگری: ۱۳۹۸/۰۲/۰۱

کد بازنگری: ۰۱

چه موقع باید به پزشک مراجعه کرد؟

در صورت ابتلا به گاستروآنتریت به طور معمول نیازی به مراجعه به پزشک نیست، چرا که این بیماری خودبخود بهبود پیدا می کند. اما در موارد زیر به پزشک مراجعه کنید:

مشاهده علائم شدید کم آبی بدن مانند سرگیجه مداوم، دفع مقدار کم ادرار یا قطع آن و یا از دست دادن هوشیاری

- اسهال خونی
- استفراغ مداوم
- تب بالای ۳۸ درجه سانتی گراد
- عدم بهبود علائم پس از چند روز
- اخیرا اگر از کشوری با سطح بهداشت عمومی پایین بازگشته اید
- در صورت ابتلا به یک بیماری جدی و زمینه ای مانند بیماری کلیه، بیماری التهابی روده، ضعف سیستم ایمنی و بارداری

با آرزوی سلامتی برای شما

منبع: medlinepluse

ارتباط با ما:

تلفن: ۳۷۰۴۸۱۰۰

آدرس: مشهد، بلوار سجاد، خیابان بزرگمهر شمالی یک

پیشگیری از گاستروآنتریت

توجه به توصیه های زیر می تواند در جلوگیری از سرایت بیماری به دیگران موثر باشد:

بهتر است تا ۴۸ ساعت پس از خاتمه یافتن علائم بیماری از رفتن به محل کار یا مدرسه خودداری کند.

به طور مرتب خصوصا پس از رفتن به توالت و قبل از تهیه غذا، دست های خود را با آب و صابون بشویید.

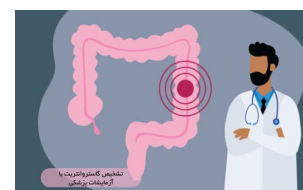
هر سطح یا وسیله ای را که ممکن است آلوده شده باشد، ضدعفونی کنید. می توان از سفیدکننده خانگی استفاده کرد.

لباس های آلوده یا ملحفه ها را به طور جداگانه در آب گرم بشویید.

در صورت ابتلا، از به اشتراک گذاشتن وسایل شخصی خودداری کنید.

پس از دفع مدفوع یا استفراغ در توالت، حتما سیفون را بکشید و محوطه اطراف آن را نیز بشویید.

بهداشت غذایی را رعایت کنید.



گاستروانتریت : (Gastroenteritis) یا بیماری التهاب معده‌ای روده‌ای

بیماری است دارای مشخصه‌های التهاب در دستگاه معده ای روده‌ای که در برگیرنده معده و روده کوچک می‌باشد، و منجر به ترکیبی از اسهال، استفراغ، و درد شکمی و گرفتگی عضلات می‌شود. اگرچه این بیماری ربطی به آنفلوآنزا ندارد، اما گاهی آن را (آنفلوآنزای معده) و (آنفلوآنزای گاستریک) هم نامیده‌اند.

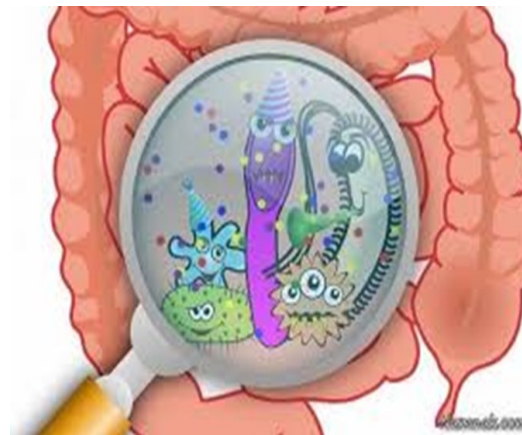
علل

ویروس‌ها و گونه‌های باکتری‌ها علل اولیه گاستروانتریت هستند. البته عوامل عفونی فراوان دیگری هم هستند که می‌توانند موجب این سندروم شوند. عوامل غیر عفونی هم گاهی مشاهده می‌شوند، اما احتمال آن‌ها بسیار کمتر از علت‌شناسی ویروسی یا باکتریایی است. احتمال آلودگی کودکان به دلیل عدم ایمنی و بهداشت تقریباً ضعیف‌تر، بیشتر است.



علائم و نشانه‌ها

معمولاً گاستروانتریت هم شامل اسهال و هم استفراغ است، و در موارد معدودتر شامل یکی از این دو مورد است ممکن است دردهای شکمی نیز وجود داشته باشد. اغلب علائم و نشانه‌ها بین ۱۲-۷۲ ساعت پس از ابتلا فرد آلوده شروع می‌شوند. اگر عامل ویروسی باشد، وضعیت غالباً طی یک هفته رفع می‌شود. برخی علت‌های ویروسی همچنین ممکن است همراه با تب، خستگی، سردرد، و درد عضلات باشد. اگر نمونه مدفوع خونی باشد احتمالاً عامل ویروسی نیست و به احتمال بیشتر باکتریایی است. برخی عفونت‌های باکتریایی ممکن است همراه با درد شدید شکمی باشد و هفته‌ها طول بکشد.



برای تسکین علائم گاستروانتریت لازم است:

- برای جبران از دست دادن آب (دهیدراتاسیون) بدن، مایعات بنوشید. بهتر است آب بنوشید، اما می‌توانید با نوشیدن آب میوه بدون قند یا خوردن سوپ نیز آب از دست رفته بدن را جبران کنید.
- برای درمان تب و درد استامینوفن مصرف کنید.
- به اندازه کافی استراحت کنید.
- اگر میل به خوردن غذا دارید، غذاهای ساده (بدون طعم) مانند سوپ، برنج، پاستا و نان بخورید.
- اگر علائم کم آبی بدن مانند خشکی دهان یا ادرار تیره را مشاهده کردید، می‌توانید برای جبران آن، از داروها و نوشیدنی‌های مخصوص دارویی که در داروخانه‌ها در دسترس هستند، استفاده کنید.
- در صورت لزوم می‌توانید از داروی ضد استفراغ یا داروی ضد اسهال استفاده کنید. این داروها در داروخانه‌ها در دسترس هستند. اما در مورد مصرف آن‌ها حتماً از داروساز و یا پزشک سوال کنید.