

ما هو التهاب المعدة والأمعاء؟

التهاب المعدة والأمعاء (يطلق عليه في كثير من الأحيان 'gastro') هو عدوى شائعة تصيب الأمعاء وتسبب الإسهال (براز شديد السيلولة)، التقيؤ، أو كليهما. وعادة تستقر حالة التهاب المعدة والأمعاء بسرعة وبدون علاج. وقد يستمر التقيؤ ليوم أو يومين. وعادة يستمر الإسهال ليومين أو ثلاثة أيام ولكن قد يستمر إلى عشرة أيام.

يمكن أن يسبب التهاب المعدة والأمعاء النكز الجفاف (نقص السوائل والماء في الجسم). والأطفال دون سن ستة شهور هم الأكثر عرضة لذلك.

إن أكثر مسببات الإلتهابات في المعدة والأمعاء شيوعاً هو الفيروس، الذي يميل بطبيعته إلى الانتشار بسهولة. وأن الأسباب الأقل شيوعاً للإلتهابات في المعدة والأمعاء تشمل البكتيريا أو التسمم بالأطعمة. ومعظم هذه المسببات لا يمكن مساعدتها بواسطة المضادات الحيوية (antibiotics).

ما هي أعراض التهاب المعدة والأمعاء؟

تبدأ الإلتهابات في المعدة والأمعاء غالباً، بالإستفراغ / التقيؤ ثم يتبعها الإسهال / الزحار. وأن عملية الخروج أو البراز، تكون متعددة وسريعة الجريان وتكون سائلة جداً. قد يصرخ طفلك بسبب الجوع والعطش وارتفاع الحرارة أو الوجع. وقد يرغبون في النوم مدة أطول. قد يشكو الأولاد الأكبر عمراً من وجع الإنقباض في البطن، في حين أن الأطفال الصغار يميلون إلى نوبات من البكاء المصحوبة بالإنقباض.

المعالجة

يُمكن للإلتهابات في المعدة والأمعاء أن تكون خفيفة وأن المعالجة هي بالسوائل فقط. معظم الأولاد يتعافون بمعالجة بسيطة في البيت.

- أعرضوا على طفلكم كميات قليلة (جرعات أو رشقات قليلة كل مرة) من، السوائل الشفافة، (أنظروا أذناه) مثل الماء ولمرات متكررة (ملء الفم مرة كل 15 - 10 دقيقة). إن السوائل لن توقف الإستفراغ والإسهال ولكنها ستمنع وقف حالة فقدان السوائل من جسمه. إنه مهم جداً إعطاء السوائل، حتى وإن ازدادت حالة الإسهال سوءاً.

- تأكد من أن طفلك يرتاح لفترات طويلة.
- لا تعطي طفلك أية أدوية لوقف التقيؤ أو الإسهال. هذه لن تجدي نفعاً وقد تكون مضرّة لحالته.

- إذا إستمر الولد في الإستفراغ والتقيؤ، تابعوا عرض جُرعات صغيرة من السوائل عليه، وقد يظهر بأن هذه الكمية من السوائل قد أستقرغت مباشرة، ولكن بعضها يكون قد احتفظ به الجسم لمنع حالة فقدان السوائل من الجسم.

ما هي السوائل الشفافة؟

- أفضل السوائل الشفافة هي المحاليل مثل أو Repalyte، Gastrolyte أو Pedalyte التي تعوض وتحل محل الماء والسكر وأملاح الجسم التي فقدت نتيجة الإستفراغ والإسهال. وأن أصابع الـ Hydralyte المتلجة هي بديل وخيار آخر. تستطيعون أن تشتروا هذه المحاليل من الصيدلية أو المخازن التجارية الكبرى. إتبعوا التعليمات المدونة على غلاف هذه المحاليل السائلة.
- عصير الفواكه غير المخلّى المضاف للماء (كوب واحد من العصير، أربعة أكواب من الماء).

- ذوّبوا الليموناضة العادية (بمعدل كباية واحدة من الليموناضة في أربع كبايات من الماء).

- العصير المركز المضاف للماء، بإضافة ثمانية أكواب من الماء لنصف كوب من العصير المركز.

تجنبي إعطاء الطفل مشروبات فوارة أو عصير فواكه كامل التركيز حيث أن ذلك قد يزيد الإسهال سوءاً.

ماذا إذا كنت أرضع الطفل طبيعياً؟

لا توقفي الرضاعة الطبيعية. إعط طفلك رضعات أقل بفترات أكثر تكراراً واعطه Gastrolyte أو Hydralyte أو الماء المبرد بعد غلبانه لتخفيف شراب الأطفال كان عمر طفلك دون تسعة شهور.

ماذا إذا كان طفلي يعتمد على الرضاعة الصناعية (حليب الزجاجة)؟

- إعط طفلك Gastrolyte أو Hydralyte أو سوائل شفافة في الـ 24 ساعة الأولى من الأعراض. إستخدمي الماء المبرد بعد غلبانه لتخفيف شراب الأطفال دون سن تسعة شهور.
- في حالة عدم وجود تقيؤ أو إسهال بعد 24 ساعة، قدمي له الحليب الكامل بكميات أقل بفترات أكثر تكراراً. الحليب المخفف غير مفيد وقد يكون مضرّاً.

بإمكان الأطفال تناول طعامهم المعتاد

- إذا كان ولدكم جائعاً في أي وقت من الأوقات، أعطوه الطعام الذي يأكله عادة أو الطعام الذي يُحبّ أكله. لا تُرغموا أولادكم على الأكل إذا كانوا يستفرون غالباً وبإستمرار، أو إذا كانوا يشعرون بأنهم غير متعافيين. لأنهم سوف يبدأون بالأكل تلقائياً، عندما يشعرون بأن حالتهم أصبحت أفضل.
- يجب إستئناف تقديم السوائل والأطعمة الطبيعية للطفل خلال 72 - 48 ساعة، حتى ولو إستمر الإسهال. هذا سوف يعجل تعافي طفلك.

بإمكان الأطفال تناول طعامهم المعتاد

- تأكدي أنتِ وعائلتك من غسل الأيدي جيداً بماء دافئ وصابون بعد تغيير حفاظات الطفل أو تنظيف القيء أو إستخدام المراض وقيل الأكل.
- نظفي الأشياء التي يشترك الأطفال في إستعمالها كالكتب والألعاب.
- عزلي طفلك من الأطفال الآخرين أثناء فترة مرضه. لا تدعي طفلك يذهب إلى المدرسة أو الروضة أو مركز رعاية الأطفال أو دار الحضانة لغاية 24 ساعة بعد توقف التقيؤ والإسهال.
- لا تدعي أطفال يتشاركون المشروبات أو الطعام أو يستخدمون نفس الأدوات.

المتابعة

ربما يكون أصيب طفلك بالجفاف/فقدان السوائل ويحتاج أن يفحصه الطبيب إذا طرأ عليه أحد هذه الأعراض أو أكثر:

- عيون غائرة
- كثرة النعاس
- جفاف الفم واللسان
- برودة اليدين والقدمين
- تبقع/تنقطع أو شحوب البشرة
- إخراج بسيط أو عدم إخراج بول (يكون الحفاظ جافاً أو أقل من أربعة حفاظات مبتلة في اليوم)
- عدم الشراب مع استمرار القيء أو الإسهال المتكرر أو كليهما.

ملاحظات:

طلب المساعدة

في الحالات الطبية الطارئة اذهب إلى قسم الطوارئ بأقرب مستشفى أو إتصل بالاسعاف (على الرقم 000).



راجع طبيبك أو أخصائي الرعاية الصحية بأسرع ما يمكن إذا كان طفلك مصاباً بالتهاب المعدة والأمعاء و:



- ظهرت عليه علامات الجفاف/فقدان السوائل (أنظر فقرة 'المتابعة')
- عمره أقل من ستة شهور
- يعاني من المغص المتزايد
- قيء أخضر اللون
- يوجد دم أو مخاط في إسهاله
- يتغوط أكثر من ثمان إلى عشر مرات (إسهال) في اليوم، أو إذا استمر الإسهال لعشرة أيام أو أكثر
- قلقت عليه لأي سبب آخر

بإمكانك الاتصال بخط التمريض الهاتفي -NURSE-ON-



CALL الذي يعمل 24 ساعة على الرقم 1300 60 60 24، بتكلفة المكالمات المحلية من أي مكان بفكتوريا*، للحصول على إستشارة من ممرض/ممرضة معتمدة.

يوفر خط التمريض الهاتفي NURSE-ON-CALL خدمة الترجمة الشفهية للمتصلين الذين لا يجيدون اللغة الإنجليزية. يرجى الاتصال على الرقم 1300 60 60 24. *المكالمات من الهاتف المحمول قد تكون تكلفتها أعلى.

ترغب في معرفة المزيد؟



- أطلب معلومات من طبيبك أو أخصائي الرعاية الصحية.
- أدخل في موقع مستشفى الأطفال الملكي Royal Children's Hospital على الإنترنت www.rch.org.au/kidsinfo
- أدخل في موقع Better Health Channel على شبكة الإنترنت www.betterhealth.vic.gov.au

إذا كنت ترغب الحصول على هذه النشرة بطريقة أخرى متوفرة، إتصل هاتفياً بالرقم 9096 0578 أو بواسطة البريد الإلكتروني التالي: edfactsheets@dhs.vic.gov.au

ديسمبر/كانون الأول 2010، وهي متوفرة أيضاً مباشرة على الخط بواسطة الإنترنت على العنوان التالي:

www.health.vic.gov.au/edfactsheets

رفع المسؤولية: إن المعلومات الصحية هذه، هي فقط لغاية التوعية العامة. نرجو مراجعة طبيبك أو أي موظف للعناية الصحية بكم، للتأكد من أن هذه المعلومات مناسبة لحالتكم الخاصة.

