

## استفراغ چیست:

خروج همراه با فشار محتویات معده از طریق دهان را استفراغ می گویند و معمولا با تهوع و اروغ زدن همراه است. وجود خون در استفراغ یا استفراغ صفراوی نشانه مهم است.

## علائم استفراغ:

علائم کم ابی: خشکی پوست، کاهش بزاق، ادرار نکردن و نداشتن اشک، احساس تهوع با تمایل به استفراغ: ترشح بزاق، رنگ پریدگی، تعریق، احساس ناراحتی در شکم یا سوزش حلق

## علل استفراغ:

عفونت های ویروسی یا باکتریایی، احتقان یا عفونت های تنفسی، مانند سرماخوردگی موجب استفراغ می شود، خصوصا اگر کودک به شدت سرفه می کند بسیاری از کودکان بطور غیر ارادی برای خارج کردن خلط از بدن خود استفراغ می کند. عفونت های مخاط داخلی معده یا روده که کودک بدنبال استفراغ دچار اسهال، دل درد، تب و بی اشتها می شود. استفراغ کودکان معمولا ۱۲ الی ۲۴ ساعت بعد برطرف می شود. عفونت های ادراری و عفونت های گوش و مننژیت باعث استفراغ می شود.

## درمان استفراغ:

استفراغ یک نشانه می باشد باید علت استفراغ بررسی شود و درمان براساس علت استفراغ انجام شود و هدف پیشگیری از کم ابی می باشد

## تغذیه کودک

طی ۲۴ ساعت اول از دادن غذاهای سفت به کودک خودداری کنید بجای آن به صورت منظم و مداوم هر ۵ دقیقه با قاشق یا شیشه شیر به او مقدار کمی مایعات بدهید. کودکانی شیر می خورند همچنان باید شیردهی ادامه پیدا کند در هر بار حجم کم با فاصله داده شود. کودکان بزرگتر می توانند ORS و مایعات دیگر بدهند افزایش حجم غذا و شروع غذاهای سفت بعد از فروکش کردن استفراغ می توان به کودک داد..



وضعیت قرار گیری کودک چگونه است:

در صورت بروز تهوع و استفراغ برای جلوگیری از بازگشت مواد غذایی به حلق، کودک را در وضعیت نشسته و نیمه نشسته قرار دهید

## نحوه مصرف دارو چگونه است:

هرگز بدن تجویز پزشک داروی ضد استفراغ بعلت بروز عوارضی مانند خواب الودگی، عصبانیت، تحریک پذیری، بی قراری به کودک ندهید. بدون نظر پزشک معالج دارو قطع نشود و در ساعت معین مصرف شود.

