

## لتهاب الأمعاء

إخلاء المسؤولية: هذه النشرة هي لأغراض التوعية فقط. يُرجى استشارة طبيبك أو أخصائي صحي آخر من أجل التأكد من ملائمة هذه المعلومات لحالة طفلك.

### ما هو الالتهاب المعدي؟

إن الالتهاب المعدي هو مرض شائع جدا في الرُّضَع والأطفال. وهو عادة ما ينتج عن فيروسات تصيب الأمعاء. وهي يكون أكثر شيوعا خلال أشهر الشتاء.

وبشكل عام، يبدأ الالتهاب المعدي بالتقيؤ. ثم يُصاب الأطفال بعد ذلك بإسهال متكرر. وغالبا ما يُصاب الأطفال بألم في المعدة وحمى مع إسهال. وبعض الأطفال يُصابون برشح في الأنف أو التهاب في الحلق.

وعادة ما يستمر الالتهاب المعدي لمدة ثلاثة أو أربعة أيام. وقد يستغرق أسبوعا أو نحوه حتى يُصبح التبرز طبيعيا.

وقد تسبب أيضا بعض البكتيريا (الميكروبات) التقيؤ والإسهال للأطفال. والحمى الشديدة أو التي تستمر طويلا وكذلك ألم المعدة الشديد ووجود دم أو مخاط في الإسهال كل ذلك قد يدل على تسبب البكتيريا في الالتهاب المعدي. وتكون هذه الإصابات البكتيرية مرتبطة أحيانا بتسمم الأغذية.

### كيف ينتشر الالتهاب المعدي؟

يمكن أن ينتشر الالتهاب المعدي الفيروسي بسهولة من شخص إلى آخر. ومن المهم للغاية أن يتم إبعاد الأطفال المصابين بالالتهاب المعدي عن الأطفال الآخرين خارج أسرته. وينبغي ألا يذهبوا إلى الرعاية اليومية أو الروضة أو المدرسة أثناء مرضهم.

ومن أجل إيقاف انتشار الفيروس فمن المهم للغاية أن يتم غسل الأيدي بالصابون والماء (على سبيل المثال بعد تغيير الحفاض أو دخول الحمام وكذلك قبل وبعد إعداد الطعام).

### ماذا نفعّل؟

في مجتمعنا، يتم شفاء الأطفال المصابين بالالتهاب المعدي بشكل سريع. وتكمن المشكلة الأساسية لمرض الالتهاب المعدي في أن الأطفال يُصابون بالجفاف وذلك نظرا لفقدان السوائل عن طريق التقيؤ والإسهال. ويمكن أن يُصاب الأطفال الأصغر سنا أو الذين لديهم مشكلات صحية أخرى بالجفاف بشكل أسرع. ومن المهم للغاية أن يتم تشجيع طفلك على تناول السوائل. وقد تم توضيح السوائل التي ينبغي استخدامها في القسم التالي. يُرجى قراءة هذه التعليمات الهامة للغاية وطرح الأسئلة حتى تتمكن من فهمها. وعادة ما تكون أدوية إيقاف التقيؤ والإسهال غير مفيدة ويمكن أن تسبب مشكلات أخرى للأطفال.

يُرجى استشارة طبيبك أو المستشفى في أسرع وقت ممكن إذا كنت قلقا بخصوص تحسن طفلك- خاصة في الحالات التالية:

- إذا كان طفلك يقل عمره عن ستة أشهر
- إذا كان طفلك لديه مشكلات صحية أخرى
- إذا لم تستطع أن تجعل طفلك يتناول الكمية المناسبة من السوائل
- إذا استمر طفلك في التقيؤ
- إذا كان طفلك مُنهكا للغاية أو مُصابا بالنعاس
- إذا كان هناك دم أو مخاط في براز طفلك
- إذا كان طفلك مصابا بألم مستمر في المعدة

- إذا كان طفلك مصابا بحمى شديدة
- إذا كان لدى طفلك أعراض غير متوقعة (مثل ألم في التبول أو صداع، الخ)
- إذا لم يبدو طفلك أنه أخذ في التحسن.

### ماذا تُطعم طفلك الرضيع؟

إذا لم تكن متأكدا من هذه المعلومات التي في هذه النشرة أو لم تكن متأكدا من حالة طفلك، يُرجى استشارة الطبيب. إن التقيؤ الحاد والإسهال يمكن أن يؤدي بشكل سريع إلى جفاف الأطفال الرُّضع والأطفال صغار السن. بادر بالحصول على الرعاية الطبية بشكل سريع إذا كنت قلقا من شيء.

إن التقيؤ والإسهال المتكرر يعني أن طفلك قد يفقد الكثير من سوائل جسمه. ويمكن الاستعاضة بشكل مبدئي عن السوائل المفقودة بالسوائل المناسبة أو حليب الأم.

### السوائل المناسبة

- يتم إعداد محاليل معالجة الجفاف التي تُعطي عن طريق الفم (والتي تتوافر لدى الصيدلي) بشكل خاص للاستعاضة بشكل سريع عن السوائل المفقودة.
- ويمكن استخدام السوائل الصافية مثل العصير أو مشروب دافئ أو بارد بشكل حذر ولكن يتعين تخفيف هذه السوائل وإلا قد تسبب مزيد من الإسهال.

### كيف نقوم بإعداد السوائل المناسبة؟

مثال	المحلول المخفف	السائل
* (انظر التوجيهات على العلبة) قم بخلطه بالماء فقط	* حسب التعليمات	* محلول معالجة الجفاف يُعطى عن طريق الفم، مثل Gastrolyte® (متوفر لدى الصيدلي)
* لا تخلطه مع سوائل أخرى	* يتم إعداده مسبقا كسائل أو قطع ثلج	* محلول معالجة الجفاف يُعطى عن طريق الفم، مثل Hydralyte® (متوفر لدى الصيداللة وبعض المتاجر الكبيرة)
* 5 مل (مقدار ملعقة شاي) زائد 100 مل من الماء	* جزء واحد في 20 جزء	* سائل مُركّز دافئ (بدون سعرات منخفضة/جول منخفض)
20 مل (مقدار ملعقة شاي) زائد 80 مل من الماء	* جزء واحد في 5 أجزاء	مشروب بارد أو عصير (بدون سعرات منخفضة/جول منخفض)

## ما مقدار السوائل التي يتم إعطائها؟

- تحلى بالصبر، أعط طفلك كميات صغيرة من السوائل بشكل متكرر.
- اجعل هدفك هو إعطائه 5 مل على الأقل عن كل كيلو من وزن جسم الطفل في كل ساعة.
- على سبيل المثال- بالنسبة للرضيع الذي يبلغ وزنه 6 كغم أعط: 30 مل كل ساعة أو 60 مل كل ساعتين
- وبالنسبة للطفل الذي يبلغ وزنه 12 كغم، أعط: 60 مل كل ساعة أو 120 مل كل ساعتين

### الأحجام التقريبية

أقل من 6 أشهر	استشر طبيبك
6-23 شهر	40 إلى 60 مل كل ساعة
2-5 سنوات	60 إلى 100 مل كل ساعة
6-10 سنوات	100 إلى 120 مل كل ساعة
11-16 سنوات	120 إلى 160 مل كل ساعة

- من المهم أن تبدأ في إعطاء الطفل أغذية سهلة الهضم بمجرد أن يتوقف التقيؤ- ليس بعد أكثر من 24 ساعة حتى إذا استمر وجود إسهال خفيف.

إذا كان لديك أي قلق بخصوص تحسين طفلك، اتصل بالطبيب الذي في منطقتك أو المستشفى المحلي على الفور.

### ماذا تفعل بالنسبة للطفل الذي يتم إرضاعه طبيعياً؟

- استمر في الرضاعة الطبيعية عند الطلب على الأقل كل ساعتين.
- فيما بين الرضعات، يمكن تقديم مياه أو محلول معالجة الجفاف يُعطى عن طريق الفم.
- لا تعط الطفل مواد جامدة إذا كان يتقيأ.
- **عندما يتوقف التقيؤ أو بعد 24 ساعة:**
- استمر في الوجبات كل ساعتين أو ثلاثة أو عند الطلب.
- فيما بين الرضعات، يمكن تقديم مياه أو محلول معالجة الجفاف يُعطى عن طريق الفم.
- إذا كان رضيعك بدأ يتناول الطعام، قدم له طعام بسيط مثل حبوب الأرز أو بطاطس أو يقطينة- حتى إذا كان الطفل لا زال مصاباً بإسهال خفيف.

## ماذا تفعل بالنسبة للطفل الذي يرضع بالزجاجة أو الطفل الأكبر سناً؟

عندما يكون رضيعك أو طفلك لا زال يتقيأ:

● استبدل الحليب الصناعي بالمشروبات المعتادة مع محلول معالجة الجفاف يُعطى عن طريق الفم (من الصيدلي) أو سوائل مناسبة انظر الجدول "كيف تقوم بإعداد السوائل المناسبة" في الصفحة السابقة).

اجعل هدفك هو العودة إلى الحليب الصناعي/الوجبة الغذائية ذات القوة المعتادة في غضون 24 ساعة. إذا لم يكن الأمر كذلك، قم باستشارة طبيب.

● ابدأ في استخدام الحليب الصناعي المعتاد أو الحليب الطبيعي. لا تقم بالتخفيف.

● استمر في إعطاء وجبات أو مشروبات كل ساعتين إلى ثلاث ساعات أو أكثر من ذلك عند الحاجة.

● قدم أغذية تتناسب مع السن في أوقات الوجبات حتى إذا كان الطفل لا زال مصاباً بإسهال خفيف.

● سوف يُصاب الأطفال أحياناً بحساسية للكتوز وسوف يستمر الإسهال. بناء على استشارة طبية، سوف يحتاج الطفل إلى حليب خالي من اللكتوز لما يقرب من شهر.

## تذكر

● إذا كان طفلك عمره أقل من ستة أشهر ومصاب بالتهاب معدي، فعليك عرضه على طبيب في أقرب وقت ممكن.

● قد يتأثر أعضاء الأسرة الآخرين.

● الأطفال صغار السن يتأثرون بأكبر درجة عادة

● أعط الطفل سوائل كافية من أجل تغطية الاحتياجات الطبيعية والاستعادة عما فقد من خلال التقيؤ والإسهال (انظر قسم السوائل المناسبة في هذه النشرة).

**kids health**  
the children's hospital at Westmead  
Child Health Promotion Unit

مستشفى الأطفال في ويستميدي

هاتف: (02) 9845 3585

فاكس: (02) 9845 3562

<http://www.chw.edu.au>

SYDNEY  
CHILDREN'S  
HOSPITAL  
RANDWICK

مستشفى أطفال سيدني Randwick

هاتف: (02) 9382 1688

فاكس: (02) 9382 1451

<http://www.sch.edu.au>

Kaleidoscope  
HUNTER CHILDREN'S HEALTH NETWORK

شبكة هنتر لصحة الأطفال

Kaleidoscope

هاتف: (02) 4921 3670

فاكس: (02) 4921 3599

[www.kaleidoscope.org.au](http://www.kaleidoscope.org.au)