

كيف تعتني بطفلك الذي يعاني من الجفاف بدرجة بسيطة إلى متوسطة

ستقدم لك هذه النشرة معلومات عن أسباب الجفاف وأعراضه وتشخيصه وعلاجه ونصائح للرعاية المنزلية.



أعراض الجفاف



العطش



جفاف الفم



تسارع ضربات القلب



الصداع



جفاف الجلد



قلة التبول

ما هو الجفاف؟

- يحدث الجفاف عندما يفقد جسم -طفلك الكثير من الماء.
- الأطفال - أكثر عرضة للإصابة بالجفاف من البالغين.
- يمكن أن يحدث الجفاف بدرجة بسيطة أو متوسطة أو شديدة.
- يمكن أن تتفاقم حالة الجفاف البسيطة إذا لم تُعالج، واستمر -الطفل في فقدان الماء.
- يتطلب الجفاف الشديد الدخول إلى المستشفى في جميع الحالات تقريبًا.

ما هي أسباب الجفاف؟

- يمكن أن يصاحب الجفاف العديد من الأمراض وتشمل:
- القيء.
 - الإسهال.
 - ارتفاع درجة الحرارة أو المرض الذي يمنع الطفل من شرب السوائل مثل التهاب الحلق والتقرحات.
 - ضربة الشمس.
 - أمراض الكلى.

ما هي أعراض الجفاف البسيط والمتوسط؟

قد يعاني طفلك من الأعراض الآتية:

- العطش.
- جفاف الجلد والفم وتشقق الشفتين.
- البكاء بدون دموع.
- الشعور بالتعب وقلة النشاط.
- أن تبدو العينين غائرتين.
- الصداع.
- وجود كمية بول أقل في الحفاض، أو الذهاب عدد مرات أقل إلى الحمام، وربما تلاحظ أيضًا أن لون البول داكن (مركز).

كيف يُشخَّص الجفاف؟

سيطرح عليك الطبيب بضعة أسئلة حول صحة طفلك وسيفحصه. واعتمادًا على التقييم السريري، سيصنف طبيبك درجة الجفاف التي يعاني منها -طفلك وسيقرر ما إذا كانت هناك حاجة إلى إجراء مزيد من الفحوصات أو اختبارات الدم.

كيف يتم علاج الجفاف البسيط والمتوسط؟

- يمكن علاج الجفاف البسيط والمتوسط من خلال إعطاء طفلك السوائل ليشربها.
- تساعد بعض السوائل في علاج الجفاف بشكل أفضل من الماء العادي لأنها تحتوي على الكمية المناسبة من الماء والأملاح (مثل محلول معالجة الجفاف عن طريق الفم).
- الأطفال الذين يتلقون الرضاعة الطبيعية ينبغي لهم مواصلة الرضاعة الطبيعية.
- يمكن علاج الجفاف البسيط في المنزل باستخدام محلول معالجة الجفاف عن طريق الفم بعد شرح كيفية تناوله واستخدامه.
- سيتم تزويدك بتعليمات حول كيفية إعطاء محلول معالجة الجفاف في المنزل.

نصائح للرعاية المنزلية:



- تأكد أن طفلك يأخذ قسطًا من الراحة ويتجنب الطقس الحار.
- تأكد أن طفلك يشرب كمية كافية من السوائل.
- أعط طفلك محلول معالجة الجفاف عن طريق الفم بمجرد أن يتقيأ أو يعاني من الإسهال.
- أعط طفلك المزيد من السوائل عندما يلعب -خارجاً في الطقس الحار.

لاحظ علامات وأعراض الجفاف على طفلك إن بدت في التزايد مثل :

- قلة التبول، في حالة تغيير الحفاض (أقل من 4 مرات خلال 24 ساعة).
- عدم وجود دموع أثناء البكاء.
- برودة أو تعرق اليدين والقدمين.
- التوتر والقلق
- جفاف الفم.

إذا كان طفلك يتغذى على الرضاعة الطبيعية فقط ويتقيأ فورًا بعد الرضاعة الطبيعية، يمكنك تجربة التالي:

- استمري بإرضاع طفلك لمرات أكثر لكن لفترات زمنية أقل (أرضعيه كل 30 دقيقة لمدة 5 إلى 10 دقائق).
- إذا تحسن القيء بعد ساعتين إلى ثلاث ساعات، يمكنك إعادة بدء الرضاعة الطبيعية كالمعتاد.
- إذا لم يتحسن القيء خلال 24 ساعة، فعليك طلب المشورة الطبية كما هو موضح بالأسفل.

إذا كان طفلك يتغذى على الرضاعة الصناعية ويتناول الحليب الصناعي يمكنك تجربة التالي:

- قدمي لطفلك 30-45 مل (6-9 ملاعق صغيرة) من محلول معالجة الجفاف عن طريق الفم كل 15 دقيقة لمدة ساعتين إلى ثلاث ساعات.
- إذا تقيأ طفلك بعد الشرب، يمكنك الانتظار لمدة 30 دقيقة وإعادة المحاولة.
- إذا تحسن القيء، - تابعي جدول التغذية المعتاد لطفلك .
- إذا - تزايدت حالة القيء أو لم تتحسن خلال 24 ساعة، فعليك طلب المشورة الطبية كما هو موضح بالأسفل.

معالجة الجفاف عن طريق الفم

- معالجة الجفاف عن طريق الفم هو أن تعطي طفلك كميات صغيرة من السوائل بشكل متكرر بواسطة الملاعقة أو المحقنة.
- تأكد من إعطاء طفلك كميات صغيرة لتجنب تراكم كمية كبيرة من السوائل في معدته مما قد يؤدي إلى القيء.

متى ينبغي لي طلب المشورة الطبية؟

- إذا كان طفلك لا يأخذ المحلول عن طريق الفم أو يرضع رضاعة طبيعية ويستمر في التقيؤ والإسهال.
- إذا لاحظت زيادة في ظهور علامات الجفاف على طفلك.
- إذا كان طفلك أكثر انفعالاً أو انزعاجاً أو متعب أكثر من المعتاد.
- إذا استمرت إصابة طفلك بحمى مرتفعة لأكثر من 24 ساعة.

اذهب إلى قسم الطوارئ:

- إذا بدا طفلك مشوشاً ولا يجيب عليك أو ظهرت عليه حركات غير طبيعية.
- إذا لاحظت أن طفلك يتنفس بطريقة غير طبيعية.
- إذا كان قيء طفلك أخضر اللون أو يحتوي على الدم أو مادة بنية اللون (تشبه القهوة).
- إذا لاحظت أن جلده أزرق وبارد.

إذا لاحظت وجود دم جديد في برازه، يهتم سدره للطب بصحتك. وينبغي عدم استخدام المعلومات الواردة في هذه النشرة كبديل عن الرعاية الطبية أو نصيحة طبيبك. اسأل مقدم الرعاية الصحية الخاص بك عن هذه المعلومات إذا كانت لديك أسئلة. يمكنك التواصل معنا عبر موقعنا الإلكتروني www.sidra.org