დიარეა ჩვილებსა და ბავშვებში

რჩევა მშობლებისა და მეურვეებისთვის ჯანდაცვის აღმასრულებელი სამსახურისგან (HSE)

წყარო: www2.hse.ie/conditions/diarrhoea-babies-children/

ბოლო ვერსია: 2023 წლის 20 ივლისი

mychild.ie

სიმპტომები

დიარეა ჩვილებსა და ბავშვებში

დიარეა არის განავალი, რომელიც ჩვეულებრივზე უფრო წყლიანი და ფხვიერია. ამან შეიძლება კუჭში უფრო ხშირად გასვლა გამოიწვიოს.

დიარეის 2 ძირითადი ტიპი არსებობს:

- მწვავე დიარეა
- ქრონიკული დიარეა

მწვავე დიარეა მოულოდნელად იწყება და 2 კვირაზე ნაკლები დროით გრძელდება. ის ჩვილებსა და ბავშვებში უფრო ხშირია.

ქრონიკული დიარეა 2 კვირაზე მეტხანს გრძელდება. ჩვეულებრივ, ეს ჯანმრთელობის სხვა მდგომარეობით არის გამოწვეული. ის არ გაქრება სხვა მდგომარეობის განიკურნებამდე.

მწვავე დიარეის სიმპტომები

ჩვეულებრივ, მწვავე დიარეის სიმპტომები 3-დან 5 დღემდე გრძელდება.

ისინი შეიძლება მოიცავდეს:

- ფხვიერ ან წყლიან განავალს
- დღეში 3-ზე მეტჯერ კუჭში გასვლას
- ღებინებას ან ავადმყოფობას
- მაღალ ტემპერატურას
- მუცლის ტკივილებს
- გაუწყლოებას

გაუწყლოება

თქვენს შვილს შეიძლება ჰქონდეს გაუწყლოება, თუ მას ძლიერი დიარეა ან ღებინება აქვს.

თქვენს ექიმს დაუყოვნებლივ დაუკავშირდით ან უახლოეს საავადმყოფოს ეწვიეთ, თუ:

- თქვენს შვილს ძლიერი გაუწყლოების რაიმე ნიშანი აქვს

გაუწყლოების ნიშნები უფრო სავარაუდო იმ ბავშვებშია, რომლებიც:

- 1 წლამდე ასაკის არიან
- ძუძუთი კვებაზე არიან და კვება უწყდებათ
- სითხეებს არ სვამენ
- შეუძლოდ არიან ჯანმრთელობის სხვა გრძელვადიანი პრობლემების გამო

გაუწყლოების სიმპტომები მოიცავს:

- ჩვეულებრივზე ნაკლები შარდვა
- სისუსტე
- ჩვეულებრივზე ნაკლები ენერგიულობა
- გაღიზიანებადობა
- ტირილისას ნაკლები ცრემლი
- მშრალი პირი, ტუჩები და ენა
- თქვენი ბავშვის თავზე რბილი ადგილი (ყიფლიბანდი) ჩაწეული

მძიმე გაუწყლოება უფრო სავარაუდოა, თუ თქვენს ბავშვს ჰქონდა:

- 24 საათში დიარეის 6 ან მეტი შეტევა
- 24 საათში 3 ან მეტი ღებინება

როდის უნდა მიმართოთ სამედიცინო დახმარებას

ჩვილებისა და ახალფეხადგმული ბავშვების უმეტესობა დიარეისგან ექიმთან ვიზიტის გარეშე გამოჯანმრთელდება.

რჩევისთვის თქვენს ექიმს მიმართეთ, თუ თქვენს ბავშვ(ი)ს:

- 24 საათის განმავლობაში დიარეა 6-ზე მეტჯერ ჰქონდა
- განავალში სისხლი ან ლორწოა
- 24 საათის განმავლობაში ღებინება 3-ზე მეტჯერ ჰქონდა
- გაუწყლოების ნებისმიერ სიმპტომს ავლენს
- დიარეა 7 დღის შემდეგაც აქვს
- აქვს დიარეა და საზღვარგარეთ მოგზაურობიდან ახლახან დაბრუნდა

თქვენი ბავშვი გადაუდებელი დახმარების განყოფილებაში სასწრაფოდ წაიყვანეთ, თუ:

- მძიმე გაუწყლოების რაიმე სიმპტომი აქვს
- მაღალი ტემპერატურა აქვს, რომელიც არ იწევს
- მდგომარეობა სწრაფად უარესდება
- მუცლის ძლიერი ტკივილი აქვს

უფროსი ასაკის ბავშვი შეძლებს გითხრათ, მუცლის ძლიერი ტკივილი აქვს, თუ არა. უმცროსი ბავშვი და ჩვილი ამას ვერ შეძლებს. თუ ის ტირილს არ შეწყვეტს, ეს შეიძლება იყოს იმის ნიშანი, რომ ტკივილები აქვს.

3 თვემდე ჩვილებისთვის, მაღალი ტემპერატურა ცელსიუსით 38 გრადუსი და მეტია. 3 თვეზე უფროსი ჩვილებისთვის, მაღალი ტემპერატურა ცელსიუსით 39 გრადუსი და მეტია.

მკურნალობა

დიარეა ჩვილებსა და ბავშვებში

თქვენი ბავშვის სახლში მკურნალობა უსაფრთხოა, თუ მას მწვავე დიარეა ან გაუწყლოება არ განუვითარდება.

თქვენი ბავშვის სიმპტომების სახლში შემცირება შეგიძლიათ:

- თუ რძით ჩვეულებრივ კვებას განაგრძობთ
- მას ბევრ წყალს მიაღებინებთ მცირე ყლუპებით
- განაგრძობთ მისთვის მცირე რაოდენობით საკვების შეთავაზებას — არ ინერვიულოთ, თუ თქვენს ბავშვს 1 ან 2 დღის განმავლობაში ჭამა არ სურს
- კვებავთ მას მოუხდელი რძით და ბოჭკოებით, თუ ის 12 თვეზე უფროსია
- დაალევინებთ მას თხევად პარაცეტამოლს, რათა შეუმციროთ მაღალი ტემპერატურა ან შეუმსუბუქოთ მუცლის ტკივილი

მნიშვნელოვანია

ეტიკეტი ყოველთვის წაიკითხეთ და თხევადი პარაცეტამოლის სწორი დოზა მიეცით. ყველა წამალი თქვენი ბავშვისთვის მიუწვდომელ ადგილას შეინახეთ.

დიარეის მქონე ბავშვების უმეტესობას ანტიბიოტიკები არ სჭირდება. ეს იმიტომ, რომ დიარეა, ჩვეულებრივ, ვირუსით არის გამოწვეული. ანტიბიოტიკები ვირუსებს ვერ მკურნალობს.

თუ თქვენს ბავშვს დიარეა აქვს

თუ თქვენს ბავშვს დიარეა აქვს, არ მისცეთ:

- ხილის წვენები ან გაზიანი სასმელები
- დიარეის შესაჩერებელი მედიკამენტები
- განზავებული ფორმულა

> **მნიშვნელოვანია**
>
> ფორმულის მომზადებისას ყოველთვის პაკეტის ინსტრუქციას მიჰყევით. საბავშვო ნარევში ზედმეტი წყლის დამატებით განზავება უსაფრთხო არ არის. ბოთლები ჩვეულებრივად მოამზადეთ და თქვენს პატარას რძის საკვების გარდა დამატებითი წყალი ან სასმელი მიეცით.

მიზეზები

დიარეა ჩვილებსა და ბავშვებში

დიარეა ხშირად კუჭის ინფექციით არის გამოწვეული. დიარეით დაავადებული ბავშვების უმეტესობის სახლში მოვლა შესაძლებელია და ისინი რამდენიმე დღეში გამოჯანმრთელდებიან.

მწვავე დიარეა

მწვავე დიარეის ყველაზე გავრცელებული მიზეზი ინფექციაა.

ეს შეიძლება სხვადასხვა გზით გავრცელდეს, მაგალითად:

- სხვა ადამიანებისგან
- საკვებით მოწამვლა
- დაბინძურებული წყალი

ინფექცია

მწვავე დიარეა ყველაზე ხშირად ინფექციით არის გამოწვეული, რომელიც შეიძლება ადამიანიდან ადამიანზე გადაეცეს.

მწვავე დიარეის გამომწვევი ინფექციები ყველაზე ხშირად ვირუსებით არის გამოწვეული. მაგალითად, ნოროვირუსი (ზამთრის ღებინების ვირუსი) და როტავირუსი.

ირლანდიაში 2016 წლის 1 ოქტომბრის შემდეგ დაბადებული ყველა ბავშვი როტავირუსის წინააღმდეგ არის აცრილი.

დიარეა ასევე შეიძლება ისეთი ბაქტერიებით იყოს გამოწვეული, როგორიცაა:

- ნაწლავის ჩხირი
- კამპილობაქტერია
- სალმონელა
- შიგელოზი

პარაზიტებს, როგორიცაა კრიპტოსპორიდიუმი და გიარდიაზი, ასევე შეუძლია დიარეის გამოწვევა.

საკვებით მოწამვლა

მიკრობებით დაბინძურებულმა საკვებმა შეიძლება დიარეა გამოიწვიოს.

საკვებით მოწამვლის ტიპები მოიცავს:

- სალმონელა
- კამპილობაქტერია
- ნაწლავის ჩხირი
- გიარდიაზი

დაბინძურებული წყალი

მიკრობებით დაბინძურებული წყლის დალევით თქვენი ბავშვი შეიძლება დაავადდეს.

მიკრობების ტიპები მოიცავს:

- ნაწლავის ჩხირი
- კრიპტოსპორიდიუმი
- კამპილობაქტერია

ეს უფრო ხშირია იმ ქვეყნებში, სადაც ცუდი სანიტარული პირობებია.

ირლანდიაში საზოგადოებრივი წყალმომარაგება მიკრობების მოსაკლავად ქიმიკატებით არის დამუშავებული. მაგრამ კერძო ჭაბურღილები შეიძლება დაბინძურდეს, თუ ისინი დაცული და დამუშავებული არ არის.

თუ ფიქრობთ, რომ თქვენი ჭაბურღილის წყალი დაბინძურებულია, გარემოს დაცვის სააგენტოს დაუკავშირდით.

> **მნიშვნელოვანია**
>
> თუ ფიქრობთ, რომ თქვენი წყალი შეიძლება დაბინძურებული იყოს, დასალევად, საჭმლის მოსამზადებლად, რძის ნარევების მოსამზადებლად და კბილების გასახეხადის

ქრონიკული დიარეა

როგორც წესი, ქრონიკული დიარეა ინფექციით არ არის გამოწვეული. ის უფრო იშვიათია, ვიდრე მწვავე დიარეა და შეიძლება ჯანმრთელობის ძირითადი პრობლემის ნიშანი იყოს, როგორიცაა:

- საკვებზე ალერგია ან საკვების აუტანლობა
- წვრილი ნაწლავის დარღვევები, როგორიცაა კოილაკი ან მოკლე ნაწლავის სინდრომი
- ნაწლავის ანთება (კოლიტი)

> **თქვენი ბავშვი ექიმთან, ფარმაცევტთან ან საზოგადოებრივი ჯანდაცვის ექთანთან წაიყვანეთ, თუ:**
>
> - მას დიარეა აქვს, რომელიც 7-დან 10 დღემდე გრძელდება

პატარა ბავშვის დიარეა

პატარა ბავშვთა დიარეა ქრონიკული დიარეის ტიპია, რომელიც შეიძლება პატარა ბავშვებს შეეყაროს. ჩვეულებრივ, ეს სერიოზული არ არის. თქვენი ბავშვი თავს კარგად შეიძლება მაშინაც კი გრძნობდეს, თუ მას დიარეა აქვს.

პატარა ბავშვის დიარეაში ხშირად ნახავთ მოუნელებელ საკვებს, როგორიც ბარდა და ტკბილი სიმინდია.

თუ ფიქრობთ, რომ თქვენს ბავშვს პატარა ბავშვის დიარეა აქვს, ეცადეთ, რომ მან საკმარისი სითხე დალიოს. თქვენი შვილი ექიმთან მიიყვანეთ, რომელიც დარწმუნდება, რომ ის კარგად იზრდება.

სხვა რჩევები, რომლებიც შეიძლება დაგეხმაროთ, მოიცავს:

- თქვენს პატარას ხილის წვენები ან ხილის პიურე არ შესთავაზოთ
- დარწმუნდით, რომ მის კვებაში ცხიმების საკმარისი რაოდენობა შედის, როგორიცაა რძე, ან იოგურტი
- დარწმუნდით, რომ ის ჯანმრთელ დაბალანსებულ კვებაზეა ხილით და ბოსტნეულით

პრევენცია

დიარეა ჩვილებსა და ბავშვებში

დიარეის თავიდან ასაცილებლად საუკეთესო საშუალება, ხელების კარგად დაბანა და გაშრობაა. ყოველთვის საპონი და თბილი წყალი გამოიყენეთ. თუ წყალი ხელმისაწვდომი არ არის, ხელის სადეზინფექციო საშუალება გამოიყენეთ.

თქვენი ბავშვის ძუძუთი კვებას დიარეის რისკის შემცირება შეუძლია.

საზღვარგარეთ მოგზაურობისას შეეცადეთ, თავიდან აიცილოთ:

- ონკანის სასმელი წყალი
- სასმელები, რომლებიც ყინულს შეიცავს
- წყალში მომზადებული საკვები, როგორიც ონკანის წყლით გარეცხილი სალათებია

დარწმუნდით, რომ თქვენი ბავშვის ვაქცინები აქტუალურია.

დიარეის გავრცელების შეჩერება

ბევრი მიკრობი, რომლებიც დიარეას იწვევს, ადამიანიდან ადამიანზე ადვილად ვრცელდება. არსებობს ბევრი რამ, რისი გაკეთებაც დიარეის გავრცელების შესაჩერებლად შეგიძლიათ.

მნიშვნელოვანია

თქვენი ბავშვი სახლში უნდა დარჩეს და სკოლაში, საბავშვო ბაგაში ან საბავშვო ბაღში მანამ არ უნდა წავიდეს, სანამ დიარეისა და ღებინების ბოლო ეპიზოდიდან, სულ მცირე, 48 საათი გავა.

ხელები სათანადოდ დაიბანეთ და გაიმშრალეთ

თქვენ და თქვენმა ბავშვმა ხელები საგულდაგულოდ უნდა დაიბანოთ საპნით და თბილი წყლით.

შემდეგ სიტუაციებში ხელები ყოველთვის დაიბანეთ:

- საფენის გამოცვლის შემდეგ
- ბავშვებისთვის ტუალეტის გამოყენებაში დახმარების შემდეგ
- ქოთანზე შეხების ან მისი გაწმენდის შემდეგ
- საჭმლის მომზადებამდე, დამუშავებამდე ან ჭამამდე

- ნაგვის ურნების და ჭუჭყიანი საფენების დამუშავების შემდეგ
- უმი ხორცის დამუშავების შემდეგ
- ცხოველების ან მათი ნარჩენების დამუშავების შემდეგ

ხელები დაბანის შემდეგ ყოველთვის სათანადოდ გაიმშრალეთ.

აბაზანა სუფთად იქონიეთ

თუ ოჯახის წევრს დიარეა აქვს, აბაზანის გაწმენდა მნიშვნელოვანია.

ცხელი წყალი, სადეზინფექციო საშუალება და ერთჯერადი ტილოები გამოიყენეთ, რომ გაწმინდოთ:

- ტუალეტი
- ნიჟარა
- აბაზანის ზედაპირები
- კარის სახელურები
- ტუალეტის დასაჯდომი
- ჩამრეცხის სახელური

როცა საქმეს დაასრულებთ, ხელები ყოველთვის საგულდაგულოდ დაიბანეთ და გაიმშრალეთ.

დაბინძურებული ზედაპირები გარეცხეთ

თუ ღებინების გამო ავეჯი ან იატაკი დაბინძურდა, შემდეგი გააკეთეთ:

- ზედმეტი სითხე ქაღალდის პირსახოცებით მოაშორეთ
- ზედაპირი სარეცხი საშუალებით და წყლით კარგად გარეცხეთ
- ადგილი სუფთა წყლით ჩამორეცხეთ
- ადგილი გააშრეთ
- გამოყენებული ხელთათმანები და აღჭურვილობა გადაყარეთ ან კარგად გარეცხეთ
- ხელები დაიბანეთ და გაიმშრალეთ

თუ საწოლი, ან ტანსაცმელი განავლით ან ნაღებინარით არის დაბინძურებული, ყველა ფერი, რასაც შეძლებთ, ტუალეტში გაიტანეთ. შემდეგ ნივთები ცალკე, სარეცხ მანქანაში, მაღალ ტემპერატურაზე გარეცხეთ.

დიარეის გავრცელების შეჩერების სხვა გზები

თქვენი ბავშვი სახლში დატოვეთ და სკოლაში, საბავშვო ბაგაში, ან საბავშვო ბაღში მანამ არ გაუშვათ, სანამ დიარეისა და ღებინების ბოლო ეპიზოდიდან, სულმცირე, 48 საათი გავა.

შემდეგი რჩევები დიარეის გავრცელების შემცირებაში დაგეხმარებათ:

არ მისცეთ
× დაავადებულ ადამიანებს საკვების მომზადების საშუალება × თქვენს ავადმყოფ ბავშვს უფლება, პირსახოცები სხვებს გაუზიაროს