

کد: INS-PE-001	دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شیراز	
صفحه: ۱ از ۳	مرکز آموزشی درمانی سوانح و سوختگی امیرالمومنین (ع)	
شماره ویرایش: R/01	عنوان دستورالعمل: آموزش خود مراقبتی در اسهال	
تاریخ ابلاغ: ۱۴۰۳/۱۰/۰۹	محور: مراقبت و درمان	
تاریخ بازنگری بعدی: ۱۴۰۴/۱۰/۰۹	زیرمحور: مراقبت های عمومی و بالینی	

هدف: ارتقاء و بهبود وضعیت بالینی بیماران از طریق آموزش به بیماران و خانواده های آنان در خصوص رفتارهای بهداشتی و خود مراقبتی در زمان بستری و پس از ترخیص

دامنه: بخش اطفال

تعاریف:

- **خود مراقبتی:** مجموعه ای از اعمالی است که فرد به صورت اکتسابی، آگاهانه و هدفدار برای فرزندان انجام میدهد تا از لحاظ جسمی، روانی، اجتماعی سالم بمانند و همچنین در صورت ابتلا به بیماری و بستری در بیمارستان براساس آموزشهای دریافتی در حین بستری و پس از ترخیص از سلامت فرزندان حفاظت نماید.
- **اسهال:** افزایش تعداد دفعات دفع مدفوع و از بین رفتن قوا م مدفوع که به دلیل عفونت روده اتفاق می افتد و منبع میتواند انگل، باکتری و ویروس باشد. که در کودک باعث از دست رفتن حجم زیادی از مایعات بدن و بهم خوردن تعادل آب و الکترولیت ها شود. کودک دچار علائم کم آبی شامل خشکی پوست، گودی زیر چشم، بی حالی و ... شود.
- **مسئولیت ها و اختیارات:** پرستار و پزشک

شیوه انجام کار:

✓ آموزش خودمراقبتی حین بستری:

۱. پزشک:

- ا. علت اسهال در کودکان را به صورت قابل درک به همراه ارائه دهد.
- ب. روند درمان بیمار را به صورت قابل درک به همراه بیمار توضیح دهد.
- ت. مدت زمان تقریبی نیاز به بستری و زمان تقریبی ترخیص بیمار را با در نظر گرفتن بیمار به همراه اعلام نماید.
- ث. توضیح در رابطه با اینکه مدت زمان ۷ تا ۱۰ روز طول میکشد تا اجابت مزاج به حالت اولیه برگردد.
- ج. در خصوص ادامه یا قطع داروهای مصرفی قبلی بیمار طبق فرایند تلفیق دارویی آموزش های لازم را ارائه دهد.
- ح. در خصوص علائم کم آبی (عدم ادرار ظرف ۸ تا ۱۰ ساعت، عدم تعریق در زمان گرما، خشکی دهان، تشنگی شدید، سرگیجه و سیاهی چشم هنگام برخاستن، تب و ضعف عمومی) بیمار و همراه را آگاه نماید.
- خ. بیمار و همراه را در خصوص اینکه بیماران دیابتی در صورت اسهال بسیار بد حال تر می شوند اطلاع رسانی نماید.
- د.

پرستار:

- ا. علت اسهال را به صورت قابل درک به همراه ارائه دهد.
- ب. در خصوص عدم مصرف غذاهای پر چرب و شیرین در زمان اسهال به بیمار و خانواده توضیحات لازم را ارائه دهد.
- ت. در خصوص اهمیت بالابودن نرده های تخت به دلیل ضعف و تب و بی حالی توضیحات قابل درک را به همراه ارائه دهد.
- ث. به همراه بیمار در خصوص اطلاع به پرستار از طریق زنگ احضار در صورت بروز علائم غیرطبیعی کودک آموزش دهد.



کد: INS-PE-001	دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شیراز
صفحه: ۲ از ۳	مرکز آموزشی درمانی سوانح و سوختگی امیرالمومنین (ع)
شماره ویرایش: R/01	عنوان دستورالعمل: آموزش خود مراقبتی در اسهال محور: مراقبت و درمان زیرمحور: مراقبت های عمومی و بالینی
تاریخ ابلاغ: ۱۴۰۳/۱۰/۰۹	
تاریخ بازنگری بعدی: ۱۴۰۴/۱۰/۰۹	

- ج. در خصوص مصرف مایعات فراوان جهت جلوگیری از کم آبی بدن توصیه شود.
- ح. آموزش در رابطه با نحوه حل کردن و آماده سازی پودر ORS به همراه ارائه دهد.
- خ. در خصوص کاهش مصرف غذاهای حاوی فیبر (میوه ها و سبزیجات)، کافئین و غذاهای ادویه دار تا برگشت بیمار به حالت عادی توضیح دهد.
- د. در خصوص ادامه یا قطع داروهای مصرفی قبلی بیمار طبق فرایند تلفیق دارویی آموزش های لازم را ارائه دهد.
- ذ. رعایت مسائل بهداشتی، شستشوی دست و ضدعفونی کردن دست ها را به همراه بیمار آموزش دهد.
- ر. در صورت تب و ضعف استراحت در بستر توصیه شود.

• آموزش خودمراقبتی حین ترخیص:

• پزشک:

- ا- زمان و مکان مراجعه به اورژانس در صورت بروز علائم خطر را به همراه اعلام نماید.
- ب- زمان و مکان مراجعه بعدی جهت ویزیت را به بیمار ارائه دهد
- پ- مسائل بهداشتی، شستشوی دست و ضدعفونی کردن دست ها را به همراه بیمار آموزش دهد.
- ت- در صورتی که کودک شما تب داشت به نزدیکترین مرکز درمانی مراجعه نمایید.
- ث- داروهای تجویز شده سر ساعت مشخص مصرف شود.
- ج- اگر تعداد دفعات اجابت مزاج افزایش یافت بین وعده های غذایی مایعات اضافی به بیمار بدهید.
- چ- اگر کودک به اندازه ای که مایع دفع میکند، مایعات نمی نوشد به پزشک مراجعه نمایید.
- ح- اگر کودک علاوه بر اسهال، استفراغ مستمر و شدید دارد پودر ORS به کودک داده شود.
- خ- رژیم مایعات فقط برلی ۲۴ ساعت قابل قبول است پس از آن با توجه به شرایط برای کودک غذای جامد شروع نمائید.
- د- اگر در کودک شیرخوار اسهال ۵ تا ۷ روز طول کشید شیر بدون لاکتوز یا شیرهای مصنوعی با پایه ی سویا را چند روزی امتحان کنید در صورتی که اسهال کمتر یا قطع نشد به پزشک مراجعه نمائید.

پرستار:

- ا. زمان و مکان مراجعه به اورژانس در صورت بروز علائم خطر را به همراه اعلام نماید.
- ب. زمان و مکان مراجعه بعدی و نحوه اخذ نوبت جهت ویزیت پزشک را به همراه بیمار توضیح دهد.
- ت. در خصوص چرخاندن سر کودک به یک طرف جهت جلوگیری از اسپیراسیون، در زمان استفراغ آموزش دهد.
- ث. تست های آزمایشگاهی را در زمان معین طبق دستور پزشک انجام دهد.

کد: INS-PE-001	دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شیراز	
صفحه: ۳ از ۳	مرکز آموزشی درمانی سوانح و سوختگی امیرالمومنین (ع)	
شماره ویرایش: R/01	عنوان دستورالعمل: آموزش خود مراقبتی در اسهال محور: مراقبت و درمان زیرمحور: مراقبت های عمومی و بالینی	
تاریخ ابلاغ: ۱۴۰۳/۱۰/۰۹		
تاریخ بازنگری بعدی: ۱۴۰۴/۱۰/۰۹		

- ج. هیچ دارویی بدون دستور پزشک مصرف نشود.
- ح. شست و شوی دستهای کودک بعد از دست زدن به وسایل بازی و بازی و سایر فعالیت ها انجام شود.
- خ. از مصرف غذاهای حاوی فیبر و پر چرب و شیرین و ادویه دار ، کافئین در زمان اسهال خودداری کنید.
- د. کودک در معرض آب آلوده و غذای آلوده قرار نگیرد.
- ذ. بهداشت دست و شست و شوی دست توسط فرد مراقب کودک حتما رعایت شود.
- ر. در صورت برطرف شدن اسهال غذاهای نرم و سبک مانند پلو ، حریره، موز ، پوره سیب زمینی ، برای کودک شروع کنید.
- ز. اگر اسهال حاوی خ.ن بود حتما به پزشک مراجعه نمایید.
- س. در صورت داشتن علائم تهوع و استفراغ ، کاهش اشتها ، دردهای متناوب شکمی ، اجابت مزاج شل و آبکی حتما به پزشک مراجعه کنید.
- ش. حتما نشانه های کم آبی کودک را پایش کنید و در صورت داشتن مشکل به پزشک مراجعه شود
- ص. اگر کودک شیرخوار است شیر مادر را میتوان ادامه داد ولی بایستی هر نوبت شیردهی را به نصف مدت قبل تقلیل داد و نوبت های شیردهی را دو برابر کنید.

امکانات و تسهیلات مورد نیاز: پمفلت های آموزشی – فرم تکمیل شده ترخیص ایمن- شماره گوشی سوپروایزر آموزش سلامت جهت پاسخگویی به سوالات

منابع و مراجع : تجربیات بیمارستان

نام و نام خانوادگی	سمت	
تهیه کنندگان	محسن بیات	سوپروایزر آموزش سلامت
	دکتر فرزانه صحراپیان	متخصص اطفال
	سامره مرادی	سرپرستار بخش اطفال
تایید کننده	علیرضا فرمانی	سوپروایزر آموزشی
تصویب و ابلاغ کننده	دکتر سید محمد مهدی اصلانی	رییس بیمارستان