



Mide bulantısı ve ishal

Siz ya da bebeğiniz için hiç hoş bir durum değil

Mide bulantısı ve ishal mikropları kolayca bulaşabilir ve bu mikroplar genellikle çok sayıda çocuğun olduğu yerlerde bulaşır.

Normalde ilk belirtiler, kendini kötü hissetmek ya da ani mide bulantısıdır. Peşinden ishal gelebilir. Çocuğunuz sık sık kusmuyorsa, kusmalar arasında geçen zamanda kendini nispeten rahat hissediyorsa ve çocuğunuza sık sık az miktarlarda su içirebiliyorsanız, susuz kalma ihtimali düşüktür ve muhtemelen doktora gitmenize gerek yoktur. **Çocuğunuz 24 saatten uzun süreyle kendini kötü hissediyorsa ya da çocuğunuz yeni doğmuşsa ve susuz kalma belirtileri fark ederseniz, pratisyen hekiminizle görüşün.**

Çocuğunuz emziriyorsanız, daha da sık bir şekilde emzirmeye devam edin. Daha büyük çocuklara bol bol su içirin veya çubuk dondurma verin. Eğer yemek yemek istiyorlarsa, onlara makarna veya haşlanmış pirinç gibi sade yemekler verin (çok zengin veya tuzlu bir şeyler vermeyin).

Çocukları başkalarından, özellikle enfeksiyon kapabilecek çocuklardan uzak tutun. Herkesin ellerini yıkamasına özellikle dikkat edin.

1.

Bebeğim ishal oldu ve kusuyor.

2.

Ona bol bol su içirdiniz mi? Eğer mide mikrobi varsa, bebeğinizin susuz kalmasını önleyebilirsiniz. Eczacınızla konuşun ve rehidratasyon solüsyonları hakkında bilgi isteyin.

3.

Semptomlar 24 saatin ardından iyileşme belirtisi göstermezse veya yeni doğan bir bebek söz konusu olduğunda hemen iyileşmezse, pratisyen hekiminizle görüşün.

Susuz kalma belirtileri

- Daha az ıslak bez çıkıyor (örn. daha az idrar yapıyor).
- Normalden daha fazla uyuyor.

- Ağız kuru.
- Bıngıldağı çökük (kafasının üstündeki yumuşak nokta normalden daha aşağıda).

Eczacınızın verdiğı bir rehidratasyon solüsyonunu deneyin.

Eczacı diyor ki:

Çocuğunuza evde bakım yapmanın pek çok yolu vardır. Deneyebileceğiniz şeyler:

* Ona düzenli olarak içecek bir şeyler verin - az miktarlarda soğuk su deneyin. Eğer emziriyorsanız, istediğinizde emzirin.

* El hijyenine özellikle dikkat edin (sabun ve su veya antibakteriyel el jeli kullanın ve ellerinizi temiz bir havluyla kurulayın).

* Rehidratasyon solüsyonları, suyla karıştırılmak üzere önceden ölçülmüş paketlerde gelirler. Susuzluğun giderilmesine yardımcı olurlar.

Çocuğunuz 24 saatten uzun bir süre boyunca kendini kötü hissederse, pratisyen hekiminizle görüşün. Bebeğiniz yeni doğmuşsa ve kendini kötü hissediyorsa, derhal pratisyen hekiminize danışın.

Sağlık görevlisi diyor ki:

Eğer çocuğunuzu emziriyorsanız, emzirmeye ve bol bol sıvı tüketmeye devam edin.

Kaynak: www.nhs.uk/conditions 2015