

اسهال چیست؟

اسهال عبارت است از افزایش در دفعات مدفوع (بیش از ۳ بار در روز) و تغییر در قوام مدفوع (شل) شدن آن اسهال معمولاً با فوریت در دفع، ناراحتی در اطراف مقعد، بی اختیاری، تهوع یا ترکیبی از همه اینها همراه است هر وضعیتی که موجب افزایش ترشحات روده ای، کاهش جذب مخاطی و اختلال حرکتی شود می تواند باعث پیدایش اسهال گردد.

اسهال ممکن است حاد، پایدار یا مزمن باشد. اسهال حاد اغلب به دلیل عفونت است و معمولاً خود به خود کنترل می شود و حداکثر ۱ تا ۲ روز طول می کشد. اسهال پایدار معمولاً ۲ تا ۴ هفته ادامه دارد اما اسهال مزمن بیش از ۴ هفته ادامه پیدا می کند و ممکن است به طور دوره ای نیز عود کند اسهال حاد و پایدار به دلیل عفونت ویروسی ایجاد می شوند مصرف بعضی از داروها مثل آنتی بیوتیکها (اریترومایسین) و آنتی اسیدهای حاوی منیزیم باعث این نوع اسهال می شوند. اسهال های مزمن ممکن است بر اثر عوارض دارویی ایجاد شود مثل شیمی درمانی، سرطان و

داروهای ضد آریتمی و ضد فشارخون یا در اثر اختلالات متابولیکی مثل دیابت و پرکاری تیروئید می توانند باعث بروز اسهال شوند.

تظاهرات بالینی

علاوه بر افزایش در دفعات و محتوای آبکی مدفوع بیمار معمولاً دچار کرامپ های شکمی، نفخ و قار قور کردن روده ای (ناشی از گاز در روده) و بی اشتها می نیز هست. مدفوع آبکی ویژگی بیماری روده کوچک است اما دفع مدفوع شل و نیمه آبکی ناشی از اختلالات روده بزرگ است و وجود قطرات چرب در توالت تقریباً به معنای نارسایی در پانکراس است. اسهال شبانه ممکن است ناشی از دیابت باشد.

بررسی یافته های تشخیصی :

زمانی که علت اسهال روشن نیست آزمایش تشخیصی متفاوتی ممکن است انجام شود شامل شمارش کامل گلبولی، آزمایش بیوشیمیایی خون، تجزیه کامل ادرار، آزمایش مدفوع از نظر وجود عامل میکروبی، سموم باکتریها، خون، چربی و گلبولهای سفید خون باشد.

علائم هشدار:

در صورت تشنگی و خشکی پوست و مو و خشکی دهان و لب و کاهش ادرار به پزشک مراجعه کنید.

توصیه غذایی

نوشیدن مقدار زیادی آب است از خوردن نوشابه و آب میوه های غیر طبیعی خودداری شود از غذاهای چرب و سرخ شده باید اجتناب شود از مصرف چیزهای شیرینی و آب قند خودداری کند.

راههای پیشگیری:

۱. شستن میوه و سبزیجات
۲. عدم استفاده از آب آلوده
۳. بهداشت دست را رعایت کنید

باسمه تعالی

دانشگاه علوم پزشکی فارس

بیمارستان امام حسن مجتبی(ع) داراب

موضوع:

اسهال

تهیه کننده:

لیلا حیدری

منبع:

برونر سوارث ۲۰۲۲

کد مستندسازی pph.pe.11

بارکد

مراقبت در منزل:

اگر بیمار تب بالا داشت پاشویه و شربت استامینوفن طبق دستور پزشک داده شود و اگر تب پایین نیاید به دکتر مراجعه کند. تا یک هفته از چیزهای شیرین خودداری شود. از کته با ماست و دوغ بدون گاز استفاده شود. داروها را طبق دستور پزشک استفاده کنید. اگر بیمار ۵ بار در روز اسهال داشت به دکتر مراجعه کند. پاهای بیمار را بعد از هر بار اسهال تمیز بشوید تا از سوختگی جلوگیری شود.

عوارض:

شایع ترین عارضه اسهال کم آبی است. کم آبی همراه با از دست دادن الکترولیت ها (به ویژه پتاسیم خون) ممکن است باعث مشکل قلبی شود بی اشتهایی، بی حسی و ضعف عضلانی باید گزارش شود. اسهال مزمن باعث التهاب پوستی می شود که لازم است با تمیز کردن پوست به وسیله یک دستمال مرطوب ، خشک کردن پوست و سپس استفاده از یک کرم محافظ از آن پیشگیری شود.