



دانشگاه علوم پزشکی شیراز

بیمارستان امام حسن مجتبی

موضوع : کولیک

تابستان ۱۴۰۲

منبع : نلسون ۲۰۲۰

تهیه کننده : زهرا رضاپور

مسئول علمی بخش : دکتر فتوحی کیا

کد مستند سازی : pph.nicu.4



توصیه های خانگی :

توصیه هایی برای قولنج (کولیک)

۱- صبور باشید . اکثر کودکان تا ۳ ماهگی این مرحله را از سر می گذرانند .

۲- عمود گرفتن بچه و تلاش برای آروغ گرفتن از بچه ممکن است موثر باشد . بعضی از والدین ننگه داشتن کودک روی دست به شکم را در حالی که راه می روند و به آرامی پشت بچه می زنند مفید می دانند . گاهی سوار ماشین شدن و گردش با ماشین می تواند موثر باشد .

صدای سشوار یا جاروبرقی هم می تواند نوزاد را آرام کند .

۳- در خصوص مصرف دارو با پزشک مشورت کنید

۴- رژیم غذایی مادر معمولاً (هنگام شیر دهی) باعث کولیک نمی شود .

۵- اگر کودک ناراحتی مثل دندان در آوردن یا گوش درد داشته باشد استفاده از مسکن مانند استامnofن (با مشورت پزشک) فکر خوبی است البته اگر منع

واضحی از ناراحتی برای کودک وجود ندارد نباید دارو داد .

از آنجا که کولیک اغلب یک رخداد ثابت روزانه است (تقریباً ساعت آن ثابت است) دادن داروها ممکن است موثر باشد .

۶- بعضی متخصصان بر این باورند که کولیک در شیر خواران پر جنب و جوش تر شایع تر است و تحریک زیاد کودک ممکن است نقشی در این داشته باشد و محیط بی سر و صدا و آرامش بخش می تواند کمک کننده باشد .

۷- روش های نوین ماساژ نوزادان در حایه شکم می تواند در کاهش کولیک موثر باشد .