

اسهال شایعترین اختلال دستگاه گوارش و علت اصلی کم آبی در دوران کودکی است. اسهال عمدتاً در **کودکان** تا پنج سالگی و به ویژه در نوزادان در نیمه دوم سال زندگی خود و کودکان تا سن سه سالگی مشاهده می شود. اسهال زمانی رخ می دهد که انتقال محتویات روده از طریق روده کوچک تسریع شود و دفع مدفوع شل سه بار یا بیشتر در روز شود.

علل اصلی اسهال **عفونت های دستگاه گوارش، ویروسی و باکتریایی و به ندرت مسمومیت های غذایی و سایر عوامل** است. از آنجا که کمبود آب بدن و تعادل مواد مغذی مهمترین عارضه است، مشخص است که جبران مایعات از دست رفته بدن و رژیم غذایی کافی اساس درمان کودک را تشکیل می دهد.

روش های تشخیص اسهال

- آزمایش خون و مدفوع
- آندوسکوپی
- مطالعات تصویربرداری
- بافت شناسی
- آزمایش فیزیولوژیک

علل مبتلا شدن به اسهال در نوزادان و کودکان

- بیماری التهابی
- عفونت قارچی، باکتریایی و یا عوامل ویروسی
- داروها
- مصرف زیاد قند یا سایر مواد اسمزی
- عدم تحمل غذایی
- مسمومیت غذایی

علائم اسهال در کودکان

- تب
- درد شکم حداقل ۳ روز در ماه
- خونریزی دستگاه گوارش
- کاهش وزن
- بی خوابی

- عرق شبانه
- تغییر دفعات دفع مدفوع
- حجیم شدن مدفوع

رژیم درمانی پزشکی اسهال در کودکان

مرحله اول رژیم درمانی پزشکی اسهال در کودکان، جایگزینی مایعات و الکترولیت های ضروری، با استفاده از محلول خوراکی ORS، سوپ و غذاهای ابدار، آب سبزیجات و مایعات ایزوتونیک است. محلول های تجاری مانند **pedialyte** و **rehydralyte** و... معمولا حاوی قند کمتر و نمک کمتری هستند و اغلب بدون نسخه در داروخانه ها در دسترس می باشند که درمان غذایی مناسبی برای اسهال در کودکان هستند. در طول حملات اسهال حاد بخش قابل توجهی از کودکان ۹ تا ۲۰ ماهه که به طور مداوم به آن ها یک رژیم غذایی مایع یا نیمه جامد داده می شود می توانند مواد غذایی را از طریق دهان دریافت کنند. حتی در هنگام اسهال حاد، روده می تواند تا ۶۰٪ از مواد غذایی خورده را جذب کند. در کودکان مبتلا به اسهال توصیه می شود که از رژیم **LOW FOD MAPS** استفاده کنند.