



สุขภาพนำรัฐสู่ชุมชน

“บริการดี มีน้ำใจ ซื่อสัตย์”

www.thattoomHSP.com

Tel.0-4459-1126

ชวนลูกศิษย์และประชาสัมพันธ์ รพ.ท่าตูม

โรคท้องร่วงในเด็ก



โรคท้องร่วงในเด็ก เมื่อไรถึงเรียกว่าท้องร่วง

เมื่อลูกมีอาการข้อใดข้อหนึ่งต่อไปนี้ ใน 24 ชม

- ถ่ายเหลว มากกว่า 3 ครั้งขึ้นไป
- ถ่ายเป็นมูกเลือด (1 ครั้งขึ้นไป)
- ถ่ายเป็นน้ำปริมาณมาก (1 ครั้งขึ้นไป)

ไม่รวมถึงเด็กเล็กที่ทานนมแม่ ซึ่งมักจะถ่ายบ่อย แต่อุจจาระเป็นเนื้อดี และมีน้ำหนักร่างกายเพิ่มขึ้นตามปกติจะคะ

โรคท้องร่วงในเด็ก มีสาเหตุมาจากอะไร

ในเด็กเล็ก โดยเฉพาะอายุน้อยกว่า 1-2 ปี ส่วนใหญ่เกิดจากเชื้อไวรัส เข้าสู่ร่างกายทางปาก โดยการทานอาหารหรือนมที่ปนเปื้อนเชื้อโรค หรือการหยิบของเล่น หรือมือสกปรกเข้าปาก เด็กจึงป่วยบ่อยกว่าผู้ใหญ่ เพราะไม่รู้จักป้องกันตัวเอง และภูมิคุ้มกันยังไม่แข็งแรง สาเหตุส่วนน้อยของอาการท้องร่วงในเด็ก เช่น การแพ้นมวัว ภาวะต่อมไทรอยด์ทำงานมากผิดปกติ (hyperthyroid) ผลจากโรคประจำตัว หรือยาที่ทาน

ท้องร่วง หรือท้องเสีย จากการยึดตัว มีจริงไหม

ในทางการแพทย์ การยึดตัวหรือการหัดคลาน หัดยืน หัดเดิน ไม่ได้มีผลกับลำไส้ หรือการขับถ่ายเลยคะ แต่สาเหตุส่วนใหญ่ที่เด็กในวัยนี้มักมีอาการท้องร่วง เนื่องจากเป็นวัยที่ชอบเอาของเข้าปาก คลานไปพื้นที่ต่างๆ ซึ่งเพิ่มเชื้อโรคเข้าสู่มือ จากนั้นก็เอามือเข้าปาก ทำให้ท้องร่วงได้บ่อยกว่าเด็กวัยอื่นๆ คะ

ท้องร่วงในเด็กมีอาการแบบไหนที่แม่ๆ ต้องรีบพาลูกไปโรงพยาบาล



- ถ่ายมาก เช่น ถ่ายเป็น 10 ครั้ง ต่อวัน
- อาเจียนมาก หรือไม่ยอมทานอะไรเลย โดยเฉพาะน้ำหรือนม
- ไข้สูง ชัก หรือซึม
- หายใจหอบ
- ถ่ายอุจจาระเป็นมูก หรือเป็นมูกเลือด
- มีอาการของการขาดน้ำ

เนื่องจากท้องร่วงในเด็ก ส่วนใหญ่มักมีการเสียน้ำ ทั้งทางอุจจาระ และทางการอาเจียน ออกทั้งบนทั้งล่าง แบบนี้ ขณะที่เด็กทานได้น้อย น้ำไม่แตะ นมก็ไม่แตะ ยิ่งทำให้ภาวะขาดน้ำรุนแรงขึ้น วิธีสังเกตอาการขาดน้ำและเกลือแร่ ได้แก่

- ปากแห้ง
- ตาโหล
- ปัสสาวะเข้ม หรือออกน้อย โดยเฉพาะถ้าไม่ปัสสาวะเลยมานานกว่า 4 ชั่วโมงแล้ว
- ขนดร้องไห้ ยังไม่มีน้ำตา
- ปกติเป็นเด็กขี้ร้อน แต่วันนี้ยังไม่มีเหงื่อเลย ถ้ามีอาการต่อไปนี้ข้อใดข้อหนึ่ง ให้รีบมาโรงพยาบาลนะคะ

โรคท้องร่วงในเด็กแม่ๆ ต้องทำการรักษา

หากไม่มีสัญญาณอันตรายดังกล่าวข้างต้นแล้ว คุณพ่อคุณแม่สามารถดูแลอาการท้องร่วงที่บ้านได้ค่ะ



1. น้ำเกลือแร่

- สิ่งสำคัญที่สุด คือการชดเชยน้ำ และเกลือแร่ที่เสียไป โดยการทานน้ำเกลือแร่ ปัจจุบันมีสารละลายเกลือแร่ ORS ขายอยู่ทั่วไป ใช้ 1 ซอง ผสมน้ำสะอาด 1 แก้ว หรือ 1 ขวด (ขนาด 8 ออนซ์)
- อย่าใส่น้ำเกลือแร่ลงในขวดให้ลูกดื่มรวดเดียวจะกระ เนื่องจากจะยิ่งเพิ่มความคลื่นไส้อาเจียน ยังทำให้ลูกถ่ายมากกว่าเดิมด้วย เนื่องจากช่วงนี้ลำไส้ยังทำงานผิดปกติ หรือยังดูดซึมไม่ทัน พอเติมน้ำเกลือแร่รวดเดียวจึงถ่ายออกมารวดเดียวเลยเช่นกัน
- การเติมน้ำเกลือแร่ที่ถูกต้องคือ ควรใช้ช้อนตักป้อนทีละน้อยๆ ช่วยลดการอาเจียน และดูดซึมได้ดีกว่าการให้ดูจากขวดรวดเดียว ในเด็กโตอาจให้จิบจากแก้วทีละน้อยบ่อยๆ แทนได้ค่ะ
- อายุต่ำกว่า 2 ปี ให้ครั้งละ 2-3 ออนซ์ (1/4 – 1/2 แก้วน้ำ) ทุกครั้งที่ถ่าย
- อายุ 2-10 ปี ให้ครั้งละ 1/2 - 1 แก้วน้ำ (3-8 ออนซ์) ทุกครั้งที่ถ่าย
- อายุ 10 ปี ขึ้นไป ให้ดื่มปริมาณมากเท่าที่ดื่มได้

2. ยาฆ่าเชื้อ

การให้ยาฆ่าเชื้อควรอยู่ในพิจารณาของแพทย์ค่ะ เนื่องจากท้องร่วงในเด็กส่วนใหญ่เกิดจากเชื้อไวรัส ซึ่งไม่จำเป็นต้องรับยาฆ่าเชื้อ นอกจากนี้การใช้ยาฆ่าเชื้อบ่อยๆ โดยไม่จำเป็น จำทำให้เชื้อดื้อยา หรือเกิดการแพ้ยา ทำให้อาการท้องร่วงรุนแรงมากขึ้นได้ค่ะ

3. ยาหยุดถ่าย

ไม่ควรให้ยาหยุดถ่าย เนื่องจากท้องร่วง เป็นกลไกการกำจัดเชื้อโรคออกจากลำไส้ ดังนั้นเมื่อให้ยาหยุดถ่าย จะทำให้เกิดการสะสมของเชื้อโรคและสารพิษจากเชื้อ ทำให้มีการกระจายของเชื้อออกนอกลำไส้ได้

ท้องร่วงในเด็ก ต้องเปลี่ยนนมไหม

เด็กท้องร่วง ไม่จำเป็นต้องเปลี่ยนนมทุกรายค่ะ เด็กที่ทานนมแม่ให้ทานนมแม่ต่อไป แต่ดื่มนมบอว์ขึ้นกว่าเดิม ส่วนเด็กที่เลี้ยงด้วยนมผสม หากอาการท้องเสียไม่รุนแรง หรือไม่ได้มีข้อบ่งชี้เช่นติดเชื้อโรต้า ก็ไม่จำเป็นต้องเปลี่ยนนม ส่วนใหญ่อาการมักดีขึ้นใน 2-3 วัน ค่ะ

บทความโดย: พญ.พรนิภา ศรีประเสริฐ (กุมารแพทย์)



"สุขภาพดีของท่าน คือบริการของเรา"
ร.อ.บรู๊เรื่อสุขภาพง่าย ๆ แค่ว่าใจดี...คิดถึงมา...

www.thatoomhsp.com

งานสุขภาพและประชาสัมพันธ์โรงพยาบาลท่าตุม

โทร.044-591126 ต่อ 116