

小儿腹泻的危害及护理

赵玉芳

四川省巴中市中心医院耳鼻咽喉头颈外科,四川巴中 636000

[内容提要] 小儿腹泻为儿科常见病症,严重者可致电解质紊乱,并可引发生长发育障碍、营养不良,甚至可导致患儿死亡。本文从引发小儿腹泻的病因、危害、护理方案展开探讨,以期对小儿腹泻进行有效管理提供参考依据,为促进患儿康复打下良好基础。

小儿腹泻为儿科多发性病症,尤以 <5 岁者最为多见。本病主要由轮状病毒与细菌感染引起,可按感染与非感染性腹泻划分。患儿以大便次数增多、性状改变为主要表现,病情严重者,可致酸中毒、电解质紊乱、脱水。明确小儿腹泻的病因及危害,并采取有效的方法展开护理,是改善预后的关键。

一、小儿腹泻的诱发因素

小儿腹泻由多因素、多病原诱导所致,其病因可按感染性和非感染性划分。在感染性腹泻中,由病毒引起的占80%,其余20%由肠道外感染和细菌感染诱导所致。非感染腹泻由个人体质因素、气候因素、饮食因素等引起。

二、小儿腹泻的主要危害有哪些

(一) 机体营养不良

患儿受腹泻影响,肠黏膜发生病理改变,酶活性降低,食物吸收及消化不全,可诱发全身性营养不良。在病程初期,临床症状并不明显,后期可有体重减轻,且常有易疲劳、畏寒、精神不振等表现。

(二) 电解质紊乱

研究显示,肠道分泌液中有大量钾离子和钠离子分布。故患儿在病发严重腹泻时,可造成体内大量钠、钾离子流失的情况,进而诱导低血钠疾病、低血钾疾病发生。当血钠表现为过低的情况时,可有痉挛、头晕、肌肉酸痛、倦怠等不适。情况严重者,还有昏迷、神志淡漠等表现。缺钾通常以肌肉松弛、无力、全身疲劳为主要特征,四肢可有瘫软的状况。

(三) 酸中毒

若小儿呼吸深而快,且有烂苹果味,唇红,则需警惕酸中毒发生,应立即就医。同时,因需采用碱性药物进行纠正,还需注意避免渗出血管外,以免增加局部坏死风险。在纠正酸中毒后,因血浆稀释,钙离子浓度降低,患儿可有手足抽搐、低钙惊厥等表现。

(四) 维生素缺乏

患儿若长期持续腹泻,受吸收功能持续减弱的影响,进食不佳,可诱导各种维生素缺乏症发生。如维生素B缺乏,可引发周围神经炎等症状。而患儿机体缺乏维生素C时,则表现为贫血、精神不振、食欲下降。

(五) 肠道菌群失调

患儿长期持续腹泻,可诱导肠道内菌群发生紊乱,同时,菌群呈失调情况时,还可使腹泻问题加重,引发免疫功能低下、体质下降、营养缺乏,增加各种疾病发生风险,严重者,甚至造成死亡事件的发生。

三、小儿腹泻如何护理?

(一) 观察大便

对大便进行观察,有较多泡沫分布,提示存在发酵的情况;若有腐败臭味,提示有蛋白质消化不良。若患儿为大肠杆菌肠炎,大便以蛋花汤样为表现,黏液明显增多,且有腥臭味;若为轮状病毒感染,常于7~11月发生,大便以无臭味、黏液少、水样为主要表现;菌痢或沙门氏菌肠炎多以脓血便为主;菌性肠炎大便呈灰色,为豆腐渣样。依据需要,可对标本进行留取,进行大便培养,并对患儿全身症状进行观察,若有异常情况,需及时就医。

(二) 注意补钾

因腹泻发生后,机体钾丢失问题较为严重,需做好钾的补充,每日对含钾高的食物予以摄取,如荸荠、玉兰片、莲子、鲜豌豆、虾米、菠菜等。

(三) 宜摄入低脂饮食

脂肪的摄入每日约为40g,若此成分被机体摄入过多,易使胃肠负担加重,对胃肠蠕动形成不良刺激,进而诱导腹泻病情加重。同时,对植物油的摄入也需适当予以限制,选取恰当的食物烹调方法,通常以煮、烩、蒸为主,熘、煎、炸等方式不宜使用。

(四) 多摄入高蛋白食物

若为罹患慢性腹泻的患儿,因病程牵延,易反

复发,对食物消化吸收产生不良影响,促使机体内能量大量消耗,给予高热量、高蛋白食物摄入,以促使机体营养状况改善。注意摄入食物的量需渐趋增加,以防增加幅度太快,超出机体吸收能力,进而使胃肠负担加重。

(五) 用药护理

由产肠毒素性细菌感染或病毒感染诱导的腹泻,通常不采用抗生素进行治疗。需根据护士指导对B族维生素进行适当补充,同时,积极采用液体疗法,可达治愈目的。一般采取口服补液的方式,但若有电解质紊乱及低血容量性休克,需进行静脉补液。当纠正休克后,患儿具口服条件时,可指导家长调整为口服补液盐溶液。在治疗中,可加用肠黏膜保护剂,如微生态制剂、十六角蒙脱石,以加快治愈进程。由侵袭细菌诱导的腹泻,在取敏感抗菌药物应用时,需加强观察,如用药48h病情未见好转,需更换抗菌药物。中药对小儿腹泻也有较佳的治疗效果,但在喂药时,患儿多表现为依从性较低的情况,还需对汤药的温度进行有效把控,避免将患儿意外烫伤。

(六) 心理护理

针对低龄儿,可采用肢体语言加以安抚,已具理解和沟通能力的小儿,需加强鼓励,如可举成功康复的同类型病例、对患儿的表现予以认可等。并适当就注意事项进行宣教,以使患儿身心放松,积极配合治疗。

四、小儿腹泻后在饮食方面的禁忌

(一) 煎炸、油腻食品

腹泻后,需避免摄入煎炸、油腻的食物,因此类食物存在消化困难问题,对肠道可产生不良刺激,甚至可使原有腹泻问题加重。

(二) 高脂肪、腌制类食物

如高脂肪食品及罐头、咸肉、火腿等,因机体消化困难,故需避免摄入。

(三) 奶制品及含蔗糖高的食物

针对因乳糖酶缺乏而诱导的腹泻患儿,需避免牛奶的摄入;若为蔗糖-异麦芽糖酶缺乏诱导的腹泻,需禁食蔗糖,依据需要对淀粉的摄入量进行限制。

(四) 易引起过敏的食物

以过敏为发病原因的腹泻患儿,需对易引起过敏的食物进行仔细查找,并避免摄入。

(五) 胃酸缺乏时,需避免摄入富含蛋白质的食物

若患儿体内胃酸大量缺乏,可因无法有效消化蛋白质,而导致蛋白质于肠道内腐败,进而引发腹泻,此类患儿对富含蛋白质的食物需注意规避,如豆制品、鸡蛋等。

五、结语

腹泻为消化系统常见病症,需对其病因及对机体构成的危害有所认识,注意合理饮食,减少不良饮食行为对身体造成的伤害,并有效护理,以推进康复进程。此外,还需注意对心理进行调适,使情绪保持放松,为整体健康状况的改善打下良好基础。

(上接第50页)

要及时吃药来减轻咳嗽剧烈程度,还要安抚宝宝情绪,避免用力哭闹。因为咳嗽和哭闹都会升高腹压,诱发疝气。

(五) 警惕哭闹

当宝宝无缘由地哭闹且不止一次时,家长就要

注意了,不排除宝宝疝气的可能,最好是带宝宝去医院做进一步检查。

(六) 愈后保健

有疝气病史的宝宝更要注意保健,在饮食运动等方面都要多加注意,防止复发。还要谨遵医嘱。