



چطور متوجه معده درد کودکان شویم / راه های آرام کردن درد

کودکان نمی توانند علایم ناراحتی خود را به خوبی بیان کنند. بنابراین والدین باید متوجه تغییر حالت کودک خود باشند. اگر کودک از شکم درد گله می کند این امر می تواند دلایل متعددی داشته باشد. بنابراین از او سوال کنید تا با علامت هایی که می دهد متوجه مشکل وی شوید.

سلامت نیوز: کودکان نمی توانند علایم ناراحتی خود را به خوبی بیان کنند. بنابراین والدین باید متوجه تغییر حالت کودک خود باشند. اگر کودک از شکم درد گله می کند این امر می تواند دلایل متعددی داشته باشد. بنابراین از او سوال کنید تا با علامت هایی که می دهد متوجه مشکل وی شوید.

معده درد در کودکان

معده درد مشکلی است که به سختی می توان آن را تشخیص داد. زیرا کودکان نمی توانند محل دقیق درد را مشخص کنند. هر چه سن کودک پایین تر باشد، کمتر می توان به علایم پی برد. به نقل از سایت [Parenting;171#&](#)، برای یافتن علت معده درد، باید به نوع رفتار و حالات کودک توجه کنید. از جمله این موارد ناراحتی کودک هنگام بازی و فعالیت های دیگر است هم چنین علایمی مانند حالت تهوع، استفراغ، کاهش وزن و وجود خون در مدفوع را باید جدی گرفت. در این صورت بهتر است کودک را نزد پزشک ببرید. اگر مشخص شد که کودک معده درد را، برای نرفتن به مدرسه بهانه می کند، مشکل او را در مدرسه بررسی کنید و برای رفع آن تدبیری بیندیشید.

علت احتمالی درد معده در کودک

۱- پرخوری، مصرف غذاهای چرب، تند و شیرین

۲- تحمل ناپذیری نسبت به لاکتوز

۳- اسهال یا یبوست

۴- بیماری یا عفونت

۵- گرسنگی

۶- آپاندیسیت

۷- مشکل روده ای

۸- استرس

گاهی نیز معده درد بر اثر گرسنگی است و کودک قادر نیست درد واقعی را از گرسنگی تمیز دهد. گاهی نیز کودک نیاز دارد به دستشویی برود. لذا او را به دستشویی ببرید و از آخرین باری که چیزی خورده است، مطلع شوید.

راه های آرام کردن درد

۱- بگذارید به آرامی کتاب بخواند یا فیلم نگاه کند.

۲- او را به خوردن آب یا مایعات تشویق کنید.

۳- کودک باید از خوردن غذاهای جامد برای چند ساعت بپرهیزد به ویژه اگر حالت تهوع دارد.

۴- پس از چند ساعت، به او کمی غذای سبک بدهید.

۵- هر ۲۰ دقیقه روی شکم او کمپرس گرم بگذارید.

۶- از دادن داروها یا مسکن های OTC که ممکن است معده درد وی را تشدید کند، بپرهیزید.
منبع: روزنامه خراسان