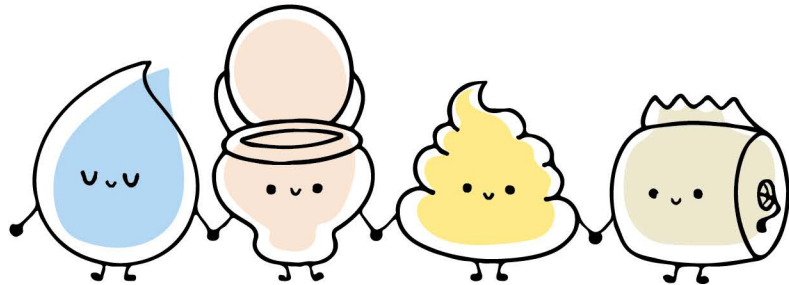


โรคท้องร่วงเฉียบพลันในเด็ก

อ.บพ.สิทธินิโชค ประจวบรัชชชาติ สมาคมกุมารเวชศาสตร์ทางเดินอาหารและตับแห่งประเทศไทย



ท้องร่วงเฉียบพลัน คืออะไร



อาการอะไรที่อาจพบร่วมด้วย

- ไข้ อาเจียน ปวดบิดท้อง เมื่ออาหาร ปวดศีรษะ ปวดเมื่อยกล้ามเนื้อ
- อาการขาดน้ำ ถ้าเล็กน้อยมีปากแห้ง หิวน้ำบ่อย ปัสสาวะออกน้อยลง (อย่างน้อย 1 ครั้งทุก 6 ชั่วโมง) ถ้าขาดน้ำปานกลางถึงรุนแรง จะมีปัสสาวะน้อยลงมาก (ไม่มีปัสสาวะใน 6 ชั่วโมง) ปากแห้งมาก ตาลึกโหล ไม่มีน้ำตาเวลาร้องไห้ ซึมลง กระสับกระส่าย

รักษาอย่างไร

- ถ้าขาดน้ำและอาเจียนไม่มาก ให้กินน้ำเกลือแร่ได้
- ควรใช้ผงเกลือแร่ละลายน้ำสำหรับโรคท้องร่วง **ไม่ควรใช้เกลือแร่สำหรับนักกีฬา หรือน้ำหวานชนิดอื่น เพราะส่วนประกอบต่างกัน** อาจทำให้อาการท้องร่วงเลวลง ถ้าเด็กกินได้น้อยหรืออาเจียน ควรให้น้ำเกลือแร่ครั้งละน้อยๆ โดยให้ทางช้อนหรือหลอดดูดยา แต่ให้บ่อยๆ โดยควรกินให้ได้อย่างน้อย 500 ซีซี ต่อน้ำหนักตัวเด็ก 10 กก. ใน 4 ชั่วโมง



ถ้าขาดน้ำปานกลางถึงรุนแรง ควรพบแพทย์

- กินนมแม่ต่อไปได้ตามปกติ เด็กที่กินนมผง **ไม่ควรชงนมเจือจาง** เด็กโตสามารถกินอาหารจำพวกแป้ง เนื้อไม่ติดมัน โยเกิร์ต พักและผลไม้ได้ หลีกเลี่ยงอาหารไขมันสูง น้ำผลไม้ และน้ำหวาน หากมีภาวะขาดน้ำปานกลางถึงรุนแรง หรือถ่ายมากจนกินแดง พิจารณาเปลี่ยนนมเป็นนมที่ไม่มีน้ำตาลแล็กโทสหรือนมถั่วเหลือง
- **ไม่จำเป็นต้องใช้ยาปฏิชีวนะ** ยกเว้นสงสัยติดเชื้อแบคทีเรีย เช่น มีไข้สูงร่วมกับอุจจาระมีเลือดปน และภูมิคุ้มกันต่ำ ไม่ควรใช้ยาหยุดถ่ายหรือ loperamide เพราะอาจทำให้อาการเลวลงหรือลดความรุนแรงในช่วงแรก ทำให้ได้รับการรักษาช้า
- **จุลินทรีย์ที่มีประโยชน์ (โพรไบโอติกส์)** บางสายพันธุ์ หรือยาขับยั้งการหลั่งสารน้ำในทางเดินอาหาร หรือยากลุ่มดูดซับสารพิษ อาจช่วยลดระยะเวลาท้องร่วง แต่มีประสิทธิภาพไม่มากและราคาสูง
- **ป้องกันการแพร่กระจายเชื้อ** โดยให้เด็กหยุดเรียนจนกว่าจะหาย ล้างมือด้วยน้ำและสบู่ โดยเฉพาะบริเวณซอกเล็บ ซอกนิ้วมือ และข้อมือ ล้างมือทุกครั้งหลังเปลี่ยนผ้าอ้อม ก่อนและหลังจัดเตรียมอาหาร และหลังจากเข้าห้องน้ำ **ไม่ควรให้เด็กว่ายน้ำ และเด็กที่ยังไม่สามารถควบคุมการขับถ่ายได้ ไม่ควรว่ายน้ำหลังหายจากท้องร่วงน้อยกว่า 1 สัปดาห์**